MEZZI DI PRESERVAZIONE DA ADOTTARSI ASSAI TEMPO PRIMA...

Giovanni Battista Pezzoli

INTRODUZIONE

Scrivere sull' Orientale Pestilenza può per avventura reputarsi ora non differente dal mietere in campo, dove la falce fu più volte rotata, nè spica nè grano sembra essere sfuggito all' occhio de' prodi spigolatori, che prima di me vi si esercitarono.

Contuttociò parmi di aver ancora trovato nuova materia, e parmi insieme che, ove pur di tal merito andasse spoglio il mio scritto, l' altro almeno non segli potrebbe contendere, ch' è quello di ribadire insegnamenti e pratiche, che non vengono mai abbastanza nella memoria confitte, nè mai quanto basta ricevono di schiarimento.

Non è mio disegno scrivere pegli alunni o pei professori dell' Arte Sanatrice propiamente, scrivo per solo il popolo, che nelle strette di un contagio che furiosamente minaccia, già non abbisogna

o di peregrine erudizioni o di discussioni ingegnose o di specolative teoriche; ma bensì di regole chiare e sicure per mettersi in salvo della strage, che può sovrastargli. E perciò niuno s'attenda o ch'io gli ponga sott'occhio, quasi in tela, la viva storia della mortal malattia del *Cholera*, o che gli versi davanti urne di erudizione sulle costituzioni di simil genio e natura, altre volte in varj luoghi della terra regnate; ovvero che nell'arena io scenda delle mediche controversie sul carattere contagioso o epidemico del morbo, o finalmente che additi il metodo di curarlo, quando una volta abbia il corpo nostro attaccato. Nulla di tutto ciò. Il mio pensiero non portasi più là di una popolare Istruzione; benchè debba io confessarmi delle Popolari Istruzioni di medicina uno de' più dichiarati nimici. Mi spiego. Ammaestrare il popolo della preziosità di sua salute, indicare i metodi più opportuni di Pubblica Igiene e Privata, perchè ciascheduno conosca qual via debba calcare a fine di non recar onta a' suoi giorni, nè a quelli di altrui; ciò io giudico non mai abbastanza da lodarsi e da raccomandarsi a' valentuomini dell'Arte; ma le istruzioni che mirano a mettere in mano del popolo ri-

cette e piani terapeutici per risanare da questo o da quel male; queste sono appunto quelle ch' io altamente riprovo e vorrei snpplicare i saggi Governi a meco riprovarle del pari ed a proscriverle. Imperciocchè tante e così varie; chi di tai cose si conosce; sono le circostanze e le differenze delle malattie umane, che non è possibile, senza rischio grande, accignersi a combattere la stessa malattia con un metodo sempre uguale. Onde io credo di non errare dicendo, che l'insegnamento di tal metodo tornerebbe *inutile* non solo, ma ben anche *pregiudizievole*, sì al particolare che all' universale de' cittadini. *Inutile* per la non lieve difficoltà di riconoscere la vera natura del morbo e le sue variazioni, dependenti dalle circostanze, infinitamente varie, del temperamento e degli agenti esteriori, come si è detto; le quali nozioni superano di gran lunga l'intendimento spezialmente del vulgo ignaro: *pregiudizievole* poi, perchè nelle infezioni epidemiche o contagiose non v' à tempo da perdere; e se il primo passo è posto in fallo, tutto è ben di frequenti perduto, ed in tali casi il danno non limitasi all' individuo che il soffre, ma pur troppo si stende e si diffonde anche alla massa sociale, per la ra-

gione che, quanto più si multiplica il novero degl' infetti e delle morti, tanto si fan maggiori le forze dello stesso contagio, e tanto in proporzione l' indeboliscono i mezzi curativi o preservativi.

Ciò ch' io presento è il frutto del mio criterio medico, nutrito, piucchè dallo studio de' padri dell' Arte, da una pratica e da una ossservazione di ben sette lustri, istituite ed estese sovra ordini varj di persone ed in paesi anche varj: donde, secondo il mio modo di pensare, nasce quella fina intuizione, che discerne le cose, tuttocchè lontane o velate, e quasi anche prima ch' esistano; e vale più assai di quc' tesori di scienza e di erudizione, ch' io vorrei assimigliare alle arche ricolme dell' avaro, onde pochi o niuno si giovano. E cotanto mi sembra eccellente e preferibile questa pratica dottrina, tratta dal visitare più classi di suggetti in diversi paesi, per questo perchè, o dove presieda e domini una indeclinabile esattezza ne' metodi, come sono gli Spedali, o dove abbondi la copia e la ricchezza de' mezzi, come sono le famiglie facoltose, l' osservazione si avvezza a camminare troppo franca e celere, ed è simile a quella di un viaggiatore che corre le vie, chiuso in vettura: ma dove a

quando a quando si affacci o la difficoltà di avere il mezzo curativo, o la ignoranza di apprestarlo secondo la prescrizione, o la trascuraggine delle prescrizioni medesime, o altri ostacoli, cagionati dall' inopia e dalla mala tenuta delle famiglie, allora è che l' osservazione si fa maschia, indagatrice, spiatrice, paziente, ingegnosa, e si può assimigliare a quella di chi compie a piedi un viaggio, e trova intoppi e contrasti per via, ed è spesso alla necessità di meditare sostituzioni e provvedimenti.

Così appunto fu educato il mio occhio in medicina, avendo io dovuto percorrere tutte le linee, e le rette e le oblique e le serpentine e le curve: che bene o male io le abbia percorse, nol so: questo so bene, di aver molto e molte cose veduto nell' arte mia, di aver delle principali fatto conserva e tesoro, e di poter offrire perciò il mio scritto, senza fuco di amor propio; non essendovi di mio veramente, che un modo particolare di osservare le cose, ed una singolare vocazione di tener conto delle, troppo ingiustamente avute in dilegio, *minute cose.* Quando le fiamme crepitanti dell' incendio mettono in iscompiglio una intera Città, ogni urna di acqua è sovra ogni prez-

zo; venga poi essa apprestata dal braccio del robusto, o da quello dell' imbelle e del fiacco. Ne' pericoli, nelle calamità universali, niuno dee rimanersi seduto e riposato; chè se le forze, separatamente guardate, a poco valgono, riunite e cospiranti, producono effetti portentosi: e se, per escire di metafora, nelle arti dilettevoli tuttociò che non è sublime, è nulla; nelle arti utili anche la mediocrità è qualche cosa.

V' à una *medicina popolare*, nata, per così dire, cogli uomini; ad essi insegnata dalla necessità e dal senso delle numerose malattie, alle quali pur troppo nascon proclivi e vanno sottoposti.

La necessità ed il senso della fame e della sete insegnarono del pari all' uomo a prepararsi diversi alimenti e diverse bevande.

Cotesta medicina naturale, che per lungo tempo à regnato tra le intere nazioni, dovette poco a poco sminuirsi e svanire, a misura che andarono multiplicandosi le malattie dell' uomo, e che il senso andavasi similmente distraendo e quindi offuscando.

Allora fu ch' ebbero origine la medicina sperimentale e la dommatica, le quali esigevano uno studio particolare e meditato, di cui il popolo non era certamente capace, ma che richiedeva le occupazioni di una classe distinta di persone, che a tali ricerche in particolare si dedicassero. Così dal popolo passò in mano de' Medici l' esercizio di quell' Arte, che alla guarigione delle malattie, ed alla cu-

stodia della salute di proposito intende.

Ma il popolo non rimase al tutto emancipato da una scienza, che in origine era tutta sua, ed una parte gliene rimase, ch' è la profilattica, la preservatrice, e che in sostanza, secondo il mio avviso, è la più efficace e meritoria; se è vero che maggiore sia il merito di una macchina che preservi dalle fiamme un edifizio, che non il merito dell' altra, che vale ad estinguerle, una volta che siensi ad arderlo accese.

Anche questa parte però venne tra le mani del popolo a guastarsi, e ciò per due opposte vie; vale a dire, per l' eccesso e pel difetto. Imperciocchè alcuni credonsi alla necessità di pensare in tutto e per tutto alla loro natura, e, ch' è peggio, stimansi atti essi stessi a questo grande negozio, e riscaldandosi l'imaginazione, vedono mancanze e bisogni dovunque, e dovunque si studiano ed affaticansi a provvedere, a rimediare: e siccome la maggior parte di tali bisogni non esiste che nella loro fantasia, così la natura si trova sturbata ed oppressa dalle stesse loro sollecitudini. Questi sono i tormentosissimi ipocondriaci, i martiri del timore de' morbi. Altri al contrario non sanno appena se abbiano un corpo, ovvero giu-

dicano che questo corpo basti a difendere e a conservare se stesso, ovvero anche che sortito abbia ferrea tempera, ed abbia un' assoluta franchigia ed immunità in mezzo a tutte le schiere de' mali. Per conseguente, mangiano e beono senza pensare se sia troppo o poco, buono o insalubre ciò che prendono, nè del sonno o dell' aria o della luce o di che che sia altro ànno cura o pensiero.

Si formano così le abitudini, le idiosincrasie, i temperamenti, almeno in parte, ed innestansi così ad insensibili gradi le attitudini alle impressioni ed agli stati morbosi. E tanta è la forza di così fatte modificazioni del fondo organico, da passare di generazione in generazione, e da rendersi così anche inesterminabili.

Si ricerca allora al medico un farmaco che risani da una viziosa inclinazione, da un cronico malore, da una particolare suscettività alle prave impressioni. Il farmaco lo ài teco stesso, in te stesso, solchè tu voglia: ma bisogna volerlo per tempo, e non provvedere oggi per domani, ma oggi per un corso di anni ancor remoti, oggi per la tua virilità, oggi per la tua vecchiezza, oggi ben anche pei figli o nepoti che de' tuoi lombi discendano.

Mi fu risposto più volte che troppo

è misera cosa menare una vita a questo regolo misurata e condotta, e che più dee a chicchessia piacere e giovare dieci anni meno di vita, ma i pochi passarli senza le angustie di sì austera disciplina, che dieci e venti di più, ma i molti trascorrere sotto la verga di accigliato censore, che il boccone pesi ed il sorso.

Prescindo dalla religione e dalla morale, che vietano di così ragionare ed operare, e solo m' attengo alle leggi politiche e sociali, in virtù delle quali ciascheduno di noi è obbligato a conservare se medesimo anche in risguardo agli altri. Chi può aver diritto di metter fuoco all' abitazione, perchè è sua propia? Chi disviare dall' alveo il fiume che passa per la sua vigna? Colui che non à cura del propio corpo e della sanità propia non è idoneo agli offizj dello stato suo; consuma e non produce; genera prole infermiccia e cagionevole; cova in se stesso i germi di lontane malattie, e genera parimenti, secondo l' accreditato parere di celebri Medici, i fomiti sostanziali delle malattie contagiose, e questi porta seco per le piazze, ne' templi, per le case, per le officine, ne' circoli, ne' teatri, e sotto alcune arcane circostanze favorevoli allo sviluppo ed alla diffusione delle dele-

terie sementi, intantochè passeggia o siede o conversa, va, direi quasi, spruzzando le teste ed i corpi de' vicini di atomi contagiosi, che dal suo mal tenuto corpo continuo zampillano e spargonsi. La generazione ventura fia simile alla presente, siccome la presente, non è dissimigliante dall' antenata, e così il mondo peggiora anche nel senso fisico, pria d' invecchiare, anzi invecchia e peggiora nel fior degli anni; e si perpetuano le infermità e si estinguono le schiatte e steriliscono le famiglie, e ad ogni terzo o quarto lustro suscitasi il flagello del contagio, che piomba, non sovra città e paesi, ma quasi sovra altrettanti spedali, e più facilmente gl' infetta e gli spopola, perchè già trovali mezzo marci e corrotti nel fonte della vita.

Ecco dell' errore di un solo quai sieno le funestissime conseguenze. Io già lo dissi in altro mio scritto, che l' uomo, guardato nella massa sociale, è troppo poco per chiamarsi *uno*; ch' egli non è se non la frazione di un' unità, e questo *intero* è appunto la società di tutti gli uomini. Ora egli è chiaro che le frazioni non esistono che in virtù degl' interi e alle leggi di questi deono star suggette ben anche.

Per la qual cosa chiaro si vede quanto importi che la *medicina popolare*, ovvero l'igiene privata e dimestica, abbia sane regole e ferma osservanza, perchè da questa appunto discende, secondochè io ne penso, non solamente la robustezza la vigoria la longevità dell'individuo, ma insieme l'allontanamento l'indebolimento l'annientamento degli stessi seminj contagiosi. Nè pretendo io già con questo di volere che la detta igiene si risguardi simile all'onda favolosa di Stige, da dove chi vi s'immerge attinga, qual altro Achille, l'immunità da qualsivoglia ferita. Dico bene che la maggior parte de' morbi proviene dalla mala cura di noi stessi, che starebbe in nostre mani o tenerli lontani o mansuefarli, o perderne alcuni anche affatto, e tra gli altri i contagiosi. Ed in vero, sol che si consultino gli Annali e le Storie di Medicina, non si durerà fatica a persuadersi che le affezioni contagiose e la stessa mortifera peste prendono origine ed incremento dove meno è regolata e culta la popolar medicina. I bruti, non diciam del cortile o del presepio, che in potestà vivon dell'uomo e delle miserie di lui sono partecipi, ma que' del bosco del deserto dell'erta rupe, non offron esempio d'infermità e meno poi di

contagiose o pestilenziali infezioni. E questo perchè? perchè v' à anche tra essi una medicina popolare, una igiene individuale, dall' Onnipotente in quegl' intellettuali abbozzi infusa e scolpita, ma non mai trasgredita e perduta di vista, sendo anzi dessa il solo libro che loro stia sempre aperto davanti, e che fedelmente consultano, ove anche a noi non sembri o sembri impossibile, così pria di coricarsi, così pria di procedere al pascolo al fonte, come pure di celebrare qualsivoglia atto della stupida e taciturna, ma regolatissima loro esistenza.

Le prime sollecitudini della pubblica Igiene nelle città popolate, nelle cospicue Capitali, minacciate più da vicino dal contagio del *Cholera morbus*, furono rivolte a regolare gli oggetti di Annona e principalmente la numerosa classe de' poveri. Giustissima ed utilissima provvidenza, tanto più necessaria ne' luoghi mentovati, quanto che i contagi più si manifestano vivaci e operosi, ove appunto maggior novero di persone sovra ristretta superficie conviva! Ma tanto non basta per tener lungi il flagello. Non è la sola pravità degli oggetti annonarj, non sono i soli poveri, che rendano i paesi più opportuni alla contagione, ma altre

cause, non meno gravi, vi contribuiscono, alle quali è d' uopo pensare e pensarvi per tempo. Sì; gl' indigenti possono diventare un fomite del contagio, per la mala loro nutrizione, per la loro immondezza, per la mancanza di ogni buon mezzo di preservazione e di cura: ma anche i ricchi diventar similmente lo possono, per le ragioni contrarie del troppo lauto lor vivere, de' pravi materiali abitualmente entromessi nel loro corpo, mercè l'*abbondanza* e la *varietà* de' cibi, non che delle sregolate loro passioni e delle morali posizioni, alle quali bene spesso, con tanto danno di essi medesimi e di altrui, lo stesso loro stato ubertoso, miseramente li destina e li danna. Onde se la società, in tempo di contagio, dee temere degl' indigenti, non dee meno temere de' ricchi; i quali due stremi del pubblico corpo, come sostennero gravissimi Filosofi, sono pel medesimo pubblico corpo in generale le fonti de' pericoli e delle calamità. E perciò non è mai abbastanza ammirata e riverita la morale Cattolica, la quale, coll' incomparabile precetto del *Quod superest*, mira a levare dal mondo questi due stremi, e con essi tanti e tanti sinistri effetti, con inconcepibile utilità dell' intera repubblica,

come più distesamente dimostro nella mia Opera, *Utilità della Religione Cattolica alla Vita Fisica e Sociale dell' Uomo*, alla quale per questa parte rimando il lettore; limitandomi quì ad osservare che, se mai v'à tempo in cui rendasi necessaria una generale riforma, quest'è principalmente il tempo delle infezioni contagiose, le quali si scaricano a mietere anche le vite gastigate pei traviamenti delle trasordinate. Onde, se in qualunque altra epoca e sotto l'influsso di ogni altra comunale causa morbosa, che da niun carattere contagioso venga accompagnata, v'ànno di traviati pertinaci, che viver vogliano e malarsi a tutto loro capriccio, la colpa e la pena è tutta loro, ed in loro tutta si ferma; e allora, dopo avere al più fatto palese il trasordine, il pericolo, il danno ed il rimedio, non altro v'à a dire, se non che pensi ognuno a' casi suoi, e come giudica meglio, vi provvegga. Ma in tempo o sotto la minaccia di un contagio, la cosa debbe andar ben altrimenti. Sinchè tu incendi una tua casa di campagna, intorno a cui non v'abbia che cielo e campo, niuno aprirà bocca o al più riderà di tua mattezza; ma se ti darà l'estro di appiccare il fuoco a quella, che da tante altre stà circondata, sulla strada,

sulla piazza di una città, di un popolato paese, oh allora nò, che non si tace, che non si ride. Allora tutti in massa ti obbligheranno a cessare, e non per la pietà della tua, ma per la pietà della loro abitazione, e pel generale pericolo e danno. Per la qual cosa nelle tristi occasioni di contagio ciascheduno portar debbe l'occhio sull'altro, e tutti farla a vicenda da consiglieri, da precettori, da censori, ed invocar anche, se occorra, la Pubblica Potestà per la universale salvezza. Dietro a' quali principj è chiaro a vedersi, che le cure e le sollecitudini, che in tali calamitose congiunture largisconsi al ceto indigente, oltrecchè dallo spirito di fraterna carità, vengono dal propio interesse consigliate ed inculcate: anzi cotanto in esse quest' ultimo primeggia ed istiga, che quasi io sarei tentato a non darvi nemmeno il nome di opere di carità; presa sempre la cosa in generale. Nel qual sentimento io insisto con qualche forza, non già per levare, a chi veramente lo abbia, il merito delle pie prestazioni e delle beneficenze pubbliche e private, ma solo per dimostrare a chi dallo spirito di carità per avventura mosso non si sentisse ed infiammato ad operar qualche cosa in prò de' suoi simili;

per dimostrargli, io diceva, che lo spirito della propia conservazione ve lo dee muovere e spignere, e che dopo aver anche aperti e versati i tesori di sue facoltà e ricchezze ed avere così porti copiosi mezzi per le provvigioni annonarie a sollievo de' miseri, per le Case di Ricovero, pegli stabilimenti di pubblica o Comunale Benificenza, pegli Spedali, pei Lazzaretti o per altro, egli non potrebbe aspettarsi ringraziamento da chicchessia, non avendo fatto tutto questo o di più ancora, che per salvar se medesimo ed i suoi. Laonde se la massima parte delle avvertenze, che io sono per indicare, relative alle vicende dell' aria, all' umidità, alle vesti, a' cibi, alle bevande..., non si trovino applicabili che ad un novero circoscritto di agiati cittadini, sappiano essi che a nulla varrà il metterle essi soli in pratica, quando non si studino di mettere anche gli altri alla portata di praticarle, ed è questo l' arcano potere che ànno le generali infezioni pestilenziali di riformare bene spesso le più radicate posizioni fisiche e morali dell' uomo.

II.

L' uomo vive di mezzo all' aria, alla luce, a parecchie sostanze invisibili imponderabili; soggiace alle vicissitudini del clima e delle stagioni del caldo del freddo dell' umido; si cuopre di vesti; esercita un mestiere; s' accostuma ad un genere particolare di vita; si ricovera in un' abitazione; abbisogna di cibo di bevanda, di movimento; è centro a svariate e multiplici sensazioni ed affezioni fisiche e morali.

Ecco tutti gli oggetti della medicina popolare, della privata e dimestica igiene. Regolare e contenere in saggio ordine tutti questi oggetti e tutti moderarli secondo le proporzioni del bisogno e del senso; quest' è l' arte di vivere una vita lunga e gioconda; arte che i medici possono ben insegnare, ma che il solo popolo può amministrare a sè medesimo; ciocchè non farà giammai se non in forza dell' intima persuasione della verità e della importanza di questa dimestica igiene, la quale non può d' altronde essergli prescritta da veruna legge politica; dovendosi le politiche leggi circoscrivere agli oggetti che al più risguardano l' in-

tero civico Consorzio e la pubblica Polizia Sanitaria.

Ma la pubblica Polizia Sanitaria, tuttocchè bene ordinata e condotta, non basta certamente a mantenere in salute gl' individui, ad allontanare i seminj delle malattie contagiose, prevenendone, non dico la propagazione, ma la genesi e lo sviluppo. Si può pur troppo vedere un' intera contrada in preda alla più furiosa contagione, anche se le abitazioni pel loro esteriore e per la loro solidità o per l' epoca della costruzione nulla offrano d' incomodo o di pericoloso; anche se le Fabbriche, che spargono ingrate esalazioni sieno tenute lontane da' luoghi abitati; anche se i Cemeterj si stabiliscano in mezzo alla solitudine de' campi o delle acque; anche se le fogne e le cloache sieno convenevolmente spurgate e monde; anche se la pubblica Annona stia sempre sotto l' occhio di vigile Potestà; anche se la disciplina de' Lazzaretti, de' Cordoni Sanitarj, delle Contumacie osservi e pratichi senza riposo le debite sollecitudini e cure. Ottime sono ed insieme profittevoli tutte queste ed altre simili osservanze, ma disinganniamoci una volta, e crediamolo sulla fede di una sperienza, che vede le cose, *non come si amerebbe che*

fossero, ma quali esistono in realtà: la salute dell' individuo stà nelle mani dello stesso individuo, e le cure del pubblico, che assai valgono in generale, poco poi o nulla sono, come trattisi della igiene dimestica.

E questa appunto è la ragione principale per cui lo zelo e la vigilanza de' più saggi Governi impedire troppo di frequenti non possono la generazione e la propagazione di certi morbi, e principalmente de' contagiosi.

Ma se tanta è l' importanza della *Medicina popolare o profilattica*, con dolore dobbiam dire, che pari, se non maggiore, è l' inefficacia sua ne' casi più gravi, negl' istanti più pericolosi. Imperciocchè componsi quest' arte preservatrice di avvertenze *minute ed assidue*, le quali vengono suggerite dagl' interni bisogni, temperati a norma delle varie idiosincrasie, e resi manifesti dal senso vario dell' uomo. Ora dall' una parte il senso, distraendosi in multiplici e sì svariate impressioni, nè tutte poi necessarie, nè tutte profittevoli alla vita, di leggieri imbastardisce, e ommette di avvertire di proposito, ovvero borbotta un' avvertenza misteriosa ed ambigua, o finalmente si fa nunzio infedele e fallace; simile a sentinella dor-

migliosa od ebbra che, gridando, annunzia per istrepito di arme e di armati ciò che è romore puro di venti, muove poi appena la lingua, o si tace al vero appressarsi dell' oste nimica: dall' altra parte si giudica che, soddisfatti la fame, la sete, il sonno, le separazioni consuete del corpo, abbiasi soddisfatto a tutt' i bisogni della vita, nè che altri ve n' abbiano dopo i descritti. Ma non va così la bisogna. Ad altre necessità il corpo umano soggiace, le quali si manifestano con una espressione particolare e tale da non intendersi così facilmente; chi non tenda bene gli orecchi e non allontani i suoni fatui e insignificanti. Ed è colpa nostra, se la espressione di tali bisogni si è di tal guisa oscurata, è colpa di tante prave abitudini e distraziòni, onde abbiamo svisato il giocondo e schietto magistero della vita.

Così poco a poco si entromettono le viziose disposizioni nel corpo umano, per cui le fila dello stame vitale van sordamente logorandosi e smagliandosi, sì che al giugnere mal augurioso delle cause morbose, di qualsivoglia indole e forza, trovato il corpo a dovere pel patologico lavoro preparato, vi fanno facile breccia e senza fatica menano strage, mietendo

cogl' infecondi tronchi vetusti anche le molli erbette ed i fiori forse appena sbucciati. Gitta il ragno taciturno e inosservato un filo nell' angolo più riposto della stanza, e comincia a ordir la sua tela. Intantochè in quella stanza altri prende il sonno il cibo il tripudio, le fila prolungansi dall' un angolo all' altro e a destra e a sinistra e in alto e a basso, dovunque la tela si stende, e tutto infine occupa avviluppa e deturpa. Beati noi, se le fila e le tele morbose, che ne' visceri nostri ascosamente si tessono e sino al santuario della vita rendono polveroso polluto e sformato, siccome somigliano a' lavori di Aracne nella lor prima generazione, così vi assimigliassero anche nella solidità loro! Ma troppo è quì distante il paragone, che, mentre che le prime in qualunque tempo si scorgano, in qualunque tempo facilmente laceransi e tolgonsi; le altre così sono tenaci e radicate, che, quando l' attenzion nostra risvegliano, allora non è più tempo da disradicarle e da mondarne la stanza. Che se questo è gran nocumento in qualunque sia circostanza del troppo corto vivere nostro, si fa massimo ove corra e predomini una costituzione epidemica o contagiosa, che farebbe tristi i giorni

dell' uomo, anche se non trovasse sì propizie preparazioni e circostanze nel corpo nostro. Qual breccia non s' apre egli il nimico nella più munita e forte città, ove gente avversa e ribelle ascosamente introdottasi, vada preparandola all' assalto ed alla sconfitta? Bisogna adunque pensar per tempo a' nimici interiori, nè aspettare il dì, in cui i vessilli dell' assalitore sventolano presso i merli della Fortezza.

Tale pur troppo si è la miseranda costituzione dell' uomo che, mentre che in brevissim' ora e con poche disviatezze dal buon governo di vita, può rendere la sua macchina favorevolmente disposta alle azioni delle potenze morbose e matura alla morte, non gli è dato con pari facilità e prestezza di restituire le chiare fresche e dolci sue acque al fonte della vita, e di circonvallar questo fonte per guisa che lue contagiosa non vi si appressi o vi entri.

Eppure tutto il gran negozio della immunità nostra o della nostra salvezza nelle funeste costituzioni de' contagi in questo consiste; non già nel ritiro, nel sequestro, nelle fumigazioni, o in altro mezzo, puramente positivo e dettato dagli Autori ne' Trattati di Terapìa, o scrit-

to nelle ricette de' Medici, o raccolto e custodito nel talismano di un'ampola; ma sì piuttosto nel mantenere ben preparato il propio individuo, nell' introdurvi buoni e confacenti materiali organici, nell' intendere con ogni cura allo sgombramento di qualunque principio, al toglimento di qualsivoglia disposizione non propizia, non omogenea al gran fenomeno della vita. Ecco il *preservativo più certo* per tutta sorta di contagi e pel *cholera morbus* non meno; solo che si cominci; nè mi stancherò mai dal dirlo; *per tempo*, e con saggio ordine e con pratiche prudenti e non affannose si provvegga alla ristaurazione, alla buona tenuta del fisico, pensando saggiamente a regolare le azioni dell' aria atmosferica nelle varie sue circostanze di freddo di caldo di umido; delle vesti nella convenevole proporzione colle sensazioni da cansarsi, con quelle da provocarsi; de' cibi e delle bevande nel loro vero rapporto e scopo, ch' è solo ed unico, quello di nutrire l' individuo; finalmente degli agenti morali nel grado d' influsso che piacevolmente seconda ed incita, nè mai scompone e sturba il processo dell' umana esistenza.

Sarei infinito se, prendendo per mano questi soli oggetti, dettar norme io

volessi di un' igiene, che non solo illesa e florida conservasse in ogni tempo ed azione la vita, ma in salvo eziandio la tenesse dagli attacchi delle numerose cause morbose, e da quelli principalmente de' fomiti epidemici e contagiosi.

Scendendo adunque a' particolari, mi ristrignerò distintamente a parlare di que' metodi igienici, e non più, che, per mio avviso, valer possono a preservarci dal sovrastante formidabile contagio del *Cholera-morbus* e per concomitanza da ogni altra simile sciagura.

Ò detto che le avvertenze da osservarsi sono *minute* ed *assidue*, e per conseguente io temo che tutta la loro prodezza fia quella di riscuotere al più, a fior di labbro, un detto di plauso, un moto di approvazione, e che ciaschedu-no si rimarrà poi nell' abituale sua negligenza o pertinacia; e così io temo per l' amara prova che ne feci, sendo questa la lezione che da lunghi anni io spargo e replico tra le famiglie, ov' esercito il mio ministero, e sempre col medesimo frutto, cioè con quello che ognun può figurarsi che s' abbia a conseguire da precetti, che àn tutta l' aria di contaminare la soavità di quegli zeffiri che rinfrescano la fiamma della vita, e le amenità di que'

dilettamenti che della stessa vita infiorano il sentiero, a giudizio della greggia epicurea. Come *minute*, saranno le mie avvertenze stimate indegne di osservanza, non altrimenti che reputasi non essere prezzo dell' opera alzare il braccio per iscuotersi di dosso pochi granellini di polve. Come *assidue* poi, verran giudicate un tormento, e non una salvaguardia del vivere, che parrà tutto speso e dannato solo in servigio di esse. Io fo il profeta a me stesso; ma non vorrei che altri avesse poi a pentirsi fuor d' ora di non aver dato retta al consiglio, solo perchè indiscretamente interrompeva l' allettatrice scena di un sogno.

III.

Il *Cholera-morbus*, malattia endemica ne' paesi caldi e principalmente nelle Indie Orientali, si annunzia con fenomeni formidabilissimi e crucciosissimi, ora tutto d' improvviso ed ora dopo alcuni leggieri incomodi preparatorj di uno o più giorni. Non descrivo quì nè i sintomi, nè i fenomeni, nè l' andamento del male, perchè il popolo non saprebbe qual uso fare di tale spaventevole descrizione, e perchè già se si volesse attendere la comparsa

di tali sintomi per adottare i consigli di preservazione, sarebbe fatica perduta, e la presente mia *Istruzione* mira a provvidenze ben lontane dal fatale instante dello sviluppo morboso.

Ciò che basta ed importa sapere si è che la più de' medici concordemente qualificano il *Cholera-morbus* per una *Irritazione gastro-intestinale*, a cui però sembrami doversi aggiungnere i due aggettivi, l' uno di *reumatica*, sì per la natura organica del viscere affetto, qual è appunto il gastro-intestinale, fornito di serose membrane, e sì per l' indole delle cause nocive che più facilmente ne favoriscono lo sviluppo; e l' altro di *nervosa specifica*, pei fenomeni vivacissimi e singolari d' *innervazione* e sovrattutto per le non infrequenti trasformazioni tifoidee, che in quel centro morboso si segnalano; secondo le mie particolari vedute, espresse già nella mia *Iconosografia*. E tanto più considerevole cosa io reputo l' aggiunta de' detti aggettivi, quanto che il metodo non solo curativo, ma preservativo eziandio debbono dietro a quella, e non altrimenti, venir regolati.

Pensino i medici al primo; pensiamo noi al secondo, e pensiamoci con tutto quel fervore di spirito e di opera, che

può inspirare l'idea di un contagio che verrebbe a ruotare la tremenda sua scure inesorabilmente tra noi, e perir ci farebbe addoloratissimi e desolati.

Premetto di fuga un cenno notomico, non per istruire, ma per richiamar a salutare avvertenza, facendo conoscere le circostanze particolari e dilicate dell'organismo, che del *Cholera-morbus* è fatto bersaglio.

Mentre che tutti gli altri organi del corpo nostro stanno rinchiusi e custoditi in cassette solide ed ossee, che guardanli dagl'insulti degli agenti esteriori, e le relazioni ben anche del mondo esterno in opportuna guisa temperano e moderano, sole le intestina e lo stomaco ed il fegato e la milza ed altre poche loro appendici si stanno riposti entro nel cavo, spazioso e molle bensì del basso ventre, ma nella parte anteriore di sole membrane e cedevoli pelli con pochi veli muscolosi munito e ricoperto di modo, che le impressioni degli agenti esterni e le relazioni dell'esterno mondo vi giungono più celeri, vi si esercitano più vivaci. S' aggiunga a questo la dilicatezza della testura, la squisitezza del senso, che da alcuni autori vien pareggiato a quello del celabro, la composizione dell'organismo,

per cui constando in generale essi visceri di membrane serose e di mucose, non meno che di parenchimi, è di necessità che trovinsi, solo per questi tre risguardi, opportuni e disposti a tutte quelle affezioni, che delle tre mentovate maniere di organismo sono propie e naturali.

Basti questo pochissimo a dimostrare a chiunque la grande facilità e proclività, in che sono visceri sì dilicati di cadere in istato morboso, ed insieme la grande importanza che v' à di tenerli difesi al di dentro e al di fuori, più forse di qualsivoglia altro organo della macchina umana.

IV.

« Tutte le cause atte ad irritare direttamente o indirettamente lo stomaco ed il colon, producono la *Cholera*, quando però agiscano con intensione. Quindi è che per lo più la vediamo suscitarsi dopo un pasto, in cui abbiasi fatto uso di alimenti indigesti acri pesanti; ciò sono la carne di majale, i pasticci caldi e preparati col burro o coll' olio rancido, le ova de' pesci e principalmente quelle di luccio, di barbo, le arringhe affumicate, massime se sien guaste, i vini che non

abbiano tuttavia fermentato o che siano in fermentazione, i vini acidi o carichi di materia colorante, le bevande gelate, le frutta acide o pregne di sostanza acquosa; ciò sono il melone, i cocomeri, gli ananas, finalmente i funghi venefici --, gli emetici, i drastici e gli stessi lassativi, presi fuor di tempo e di bisogno. «

« A queste cause, che agiscono direttamente sullo stomaco e sulle intestina, conviene aggiugnere le seguenti, che spiegano la loro azione, prima sulla pelle e sul polmone, sul sistema circolatorio e muscolare, o sul sistema nervoso; i calori eccessivi e sovrattutto i calori continui del giorno avvicendati co' freschi delle notti, nelle contrade meridionali dell' Europa e ne' paesi situati non lungi dalla Linea; la esposizione prolungata a' raggi di un sole ardente; un cammino sforzato; un lavoro eccedente di testa; una violenta accensione d' ira; le tristi affezioni e passioni; da ultimo la delitescenza degli scoli abituali e de' cronici malori della pelle o delle articolazioni. «

Sebbene dal *Dizionario delle Scienze Mediche*, che oggi vuolsi considerare il Codice dominante di Medicina, il riferito insegnamento ci venga porto, ciò non pertanto io non riputerci liberata la mia

fede, ove di esso contentandomi, ad esso interamente il Lettore rimettessi, senza parlare con qualche maggiore estensione di quelle cause che in particolar modo operano in noi col ministero delle sostanze alimentari, delle quali tra poco mi propongo di tenere discorso.

V.

Trovansi i medici grandemente divisi sullo stabilire il vero genio del morbo, e chi parteggia per l'indole *contagiosa* e chi per la semplicemente *epidemica*. Ma quello che più mette in angustia gli animi e può condurre la stessa Pubblica Potestà ad adottare provvedimenti men opportuni e salutari, si è che l'una parte e l'altra offre a sostenimento delle propie asserzioni, non *parole*, ma *fatti*.

Per la qual cosa giudicar non possiamo il sentimento de' due differenti partiti colle regole logiche delle proposizioni contradditorie, una sola delle quali debb'essere vera, poichè nel caso nostro, non potendosi negar fede a' fatti da ambe le parti esibiti, ambe le proposizioni debbono quindi reputarsi per vere.

Ora il fatto dimostra che parecchie malattie, non altro, in sè stesse o alme-

no ordinariamente, che *individuali (sporadiche)*, assumono, poste alcune circostanze o palesi od occulte, un carattere *epidemico* ovvero anche *contagioso*, e dimostra del pari che alcune affezioni, di natura propia *contagiose*, presentansi talvolta spoglie di tale prerogativa, e vestono il benigno carattere di *epidemiche* o *sporadiche*: della qual ultima metamorfosi un bell' esempio luminoso ce lo esibí l' ultima invasione vajuolosa di questo nostro Seminario, che tra più centinaja di giovani, quasi tutti aventi le medesime predisposizioni, ristretti in poco estesa superficie, guarentiti solo da fiduciarj sequestri, etc. contentossi di attaecarne soli cinque o sei.

E perciò non senza grande fondamento possiamo asserire la medesima cosa anche in proposito del *Cholera M.*, a cui ò io sempre attribuito due maniere di forze, l' una *contagiosa*, e l' altra *Epidemica*, per non dire che anche lo *sporadico* è da me risguardato quale prodotto della medesima metamorfosi.

Siccome poi a produrre l' effetto che questa pianta micidiale del remotissimo Gange alligni tra noi con un' indole assai degenere dalla natia, vale a dire, con metà o meno di forza *contagiosa*, o vera-

mente con semplici forze *epidemiche*, per non dire anche forse il più delle volte, *sporadiche*, assai vale il clima d' Italia nostra, nella cui amena estensione io scorgo e noto un numero grande di posizioni privilegiate, principalmente nella parte sua settentrionale, in cima alle quali io porrei la sorridente Città di Ceneda, ove nemmeno la desolatrice peste del mille e cinquecento osò di mettere il piede, ove molti forastieri vengono a liberarsi da inveterati malori, o a consolidare la mal ferma salute; ove soprattutto assai spesso la eccellenza del clima rende allora più bella testimonianza di sè colla radezza delle malattie, quando zeppi pieni ne vanno i circostanti paesi; così a mantenere vivo tra noi il simulacro dell' asiatico morbo grandemente contribuisce, come profondi Osservatori àn dimostrato, la disposizione *gastro-intestinale*, che da qualche anno regna diffusa *per tutta la terra*, ed insieme quell' *eretismo nervoso*, in che da quasi mezzo secolo il *mondo tutto* si vive, agitato, come fu ed è; da vulcani, da tremuoti, da cataclismi, da rivolte, da guerre. In consonanza a' quali principj scriveva un gravissimo Autore (*Larrey*), avervi molta probabilità che il *Cholera* attuale, che già

percorse una gran parte della terra, sia stato prodotto dalle nebbie dense, acri ed infette, che occuparono, per quasi due anni, le zone orientali e settentrionali de' due Continenti, e che furono cagionate da' ripetuti tremuoti, e dalle grandi eruzioni vulcaniche, che accaddero nelle parti meridionali del globo. Tutte le quali cause facendo inchinare *l' intera umana schiatta* ad una medesima disposizione pandemica, siccome sforzano a congiungersi ed a toccarsi le più disparate stremità politiche, nella stessa maniera portano a congiugnersi ed a toccarsi le più lontane stremità patalogiche. Ed è questo il motivo principale, per cui indarno alla sola ombra de' climi speriamo di ripararе, che sì il Bengala sotto il 20.° dell' Equatore, Sumatra e Borneo immediatamente sotto la Linea, come Oremburg e Mosca al 60.°, Marsiglia al 43.° e Genova al 31.° etc., tutti ugualmente trovansi da una medesima atmosfera morbosa ravvolti e sorretti.

Al qual passo non sembrami intempestivo esibire una pennellata della descrizione storica che il Sig. *Julius* ci dà del luogo, per così dire, natìo del *Cholera.* La qual digressione io mi permetto col duplice scopo, di far conoscere che que'

paesi, i quali trovinsi in circostanze topografiche simili o analoghe a quelli che descrivonsi, àn più degli altri motivo di temere, e più anche degli altri di pensare per tempo alle opportune difese, e che quelle cause occasionali, che alle sponde del lontanissimo Gange diedero origine al morbo, quelle stesse, *caeteris paribus*, possono svilupparlo in ogni altro luogo, ove non abbiasi particolar cura di toglierle o possibilmente scemarle.

Dimostra egli pertanto, descrivendo il corso del Gange, come questo gran fiume, per un seno lungo *180* miglia, largo *40*, forma una grande quantità di canali scorrevoli in una regione piena di arbusti, di selve, di giunchi, di canne, etc., ove annidano pure varj animali, e dove si trovano altresì acque impregnate di nitro, e altre di potassa, alcune di rame. Vi tragitta ancora un fiume, che si unisce col Gange e vi scarica un' acqua di colore turchino, scuro, ovvero verdastro. Gl' Indiani inoltre sogliono gettare nel Gange i cadaveri mezzo abbrucciati, i quali facilmente raccolgonsi alle sponde del fiume, e quivi imputridiscono. Ciò pure si fa in ogni altro fiume, che sbocca nel Gange, ed ove mancano le correnti, si affondano gli abbronziti cadaveri nelle

cisterne stesse, di dove si attigne l'acqua da bere. Molti eziandio sogliono scaricare sozzamente il corpo nelle acque medesime del Gange. - Nella stagione delle pioggie l'acqua precipita dovunque a torrenti e allaga i piani, onde allora succedono giorni di notabile frescura. Cessate le pioggie, ritirandosi le acque, immenso spazio di terreno fangoso rimane esposto a' cocenti raggi del sole. Che se poi le pioggie cessano troppo sollecite, cioè ne' mesi ancora troppo caldi, allora nascono le più grandi malattie e le stragi più orrende. - - Oltre di tutto ciò in alcuni luoghi le case degl' Indiani, costrutte di pietra arenaria, sono assai alte con picciole finestre: le contrade anguste in modo, che il sole vi penetra di rado; per contrario assai larghe le finestre nelle case di campagna, ma ricoperte di erba, che spesso viene umettata, e questo inaffiamento si fa pure nelle finestre delle case di città, intorno alle quali sono spaziosi pergolati. Nel *1817* la *Cholera* infuriò con molto straordinaria veemenza nelle Indie Orientali, e già sino dal *1815* le stagioni aveano quivi deviato dal consueto loro regolare andamento. - Oltre di tutte queste cagioni, troppo nimiche al ben essere degl' Indiani, è

ancora a considerarsi, il malsano nutrimento ritratto dal riso di prima raccolta, il quale abbonda di parte acquosa, ed è scarso di parte farinacea.

Che se la mentovata più sopra universale morbosa atmosfera, che tiene forse nel descritto Gange il suo centro, non è omai da rivocarsi in dubbio, non è del pari da contendersi quell' *influenza cholerosa*, che tutt' i saggi medici vanno concordemente osservando quasi in tutte le forme di malattie, sino dalla prima comparsa del *cholera* in Europa, vale a dire nel *1829 - 1830*, anche ne' Paesi tuttavia dall' Asiatica infezione non tocchi; quando non fosse più probabile il dire che il primo raggio di detta *influenza* sia stata la memoranda costituzione *tifica* del *1817*, prendendo a fondamento di tale idea la non lieve tendenza del *cholera* alla degenerazione *tifoidea*.

Ora io domando in che vorremo noi far consistere cosiffatta *influenza*? Forse che in una potenza immateriale, ontologica? Io spererei che a niun medico, sol di buon senso dotato, cadesse in animo di profanare con tal favola la scienza. Dunque dobbiamo dire che l' *influenza* è una forza materiale; vale a dire, il contatto effettivo delle *ultime* molecole del

miasma *choleroso*, assai distanti dal primigenio lor fomite e centro. E perciò se tutt' i migliori medici concedono ch' esista ed operi da varj anni un' *influenza cholerosa* anche tra noi, anche tra noi, io ripiglio, esiste adunque insino dal *1829* almeno, l' *ente choleroso*; il quale mio sentimento, già pubblicato nel *1831* dalla *Gazzetta Privilegiata di Venezia* col N. *260*, riceve ora la sanzione non pure de' rispettabili miei Colleghi, ma eziandio della cotidiana sperienza.

Che se pel corso di cinque o più anni, il detto principio, già tra noi stanziante, non ebbe campo di elevarsi, nella massima parte d' Italia, a più alta potenza, e dal grado di *semplice influenza* salire a quello di *effettiva infezione*, parmi di non andare errato nello stabilire che il merito è quasi interamente del clima, ove convien dire che trovisi assai modificata quella particolare condizione *cosmicotellurica*, che i medici assegnano per uno degli elementi necessarj allo sviluppo del contagio asiatico: la quale resistenza del clima colà trovasi forse indebolita o nulla, ove la posizione marittima de' Paesi si associ al men retto vivere degli abitanti, se è vero che il contagio mostri di tenersi con predilezione

lungo le coste de' mari, o le sponde de' fiumi.

Ed in vero, a convincersi che il morbo, anche tra noi ora comparso, non sia veramente l' *asiatico*, ma solo un raggio della grande sfera *cholerosa*, e perciò non altro che *asiatiforme*, grande argumento ci porgono i sintomi concomitanti i casi anche gravi, anche mortali; grandissimo poi le proporzioni degli attaccati col numero degli abitanti. Imperciocchè chi può asserire di aver veduto i vivi e perfetti esemplari di quella *cianosi*, che fu osservata e descritta da' medici delle Indie, del Cairo, della Russia---, la quale, per concorde sentimento de' medici, come nota *Larrey*, è il segno *caratteristico* dell' *asiatico* morbo? E più ancora, dove fu visto il nostro *cholera* a mietere tante vittime, quante nelle due Indie, che perdettero in soli cinque giorni *16, 000* individui, o in Bassora, che ne perdette *14, 000* in quattordici giorni, o in Egitto, che in soli trentaquattro giorni ne à perduto *150, 000*---? Dunque è innegabile che il principio micidiale del *cholera* rimane *modificato* dal clima, ma per opera di alcune circostanze e combinazioni, tuttora forse a noi sconosciute, nè certamente dependenti in tutto da' gradi di latitudi-

ne, nulla avendo esso perduto di sua violenza nel passare dal clima delle Indie a più elevate latitudini, come, p. e. ad Astracan, la quale stà al medesimo grado di latitudine di Ceneda, e nondimeno vide a soccombere più de' due terzi degli attaccati; ovvero dall' altezza sopra il livello del mare, non avendo rispettato Genova che trovasi a *1218* piedi di Parigi, Marsiglia a *160*, Nizza a *62* - - -, o finalmente dalla temperatura, sendo la media del Bengala *86*, di Marsiglia *11*, di Genova *7*. - - -

Tutte le quali circostanze, mentre che dall' una parte fan pruova che non potrebbe manifestarsi *identica* la malattia al Bengala, a Mosca, a Genova, se dal primo fomite non fosse emanato un ente *identico*; traggonci poi dall' altra a riconoscere che cotesto medesimo ente è pur suggetto in certo modo a decomporsi almeno ne' suoi effetti, come abbattasi in clima, ove gli manchi la cooperazione della condizione *cosmico - tellurica*, anch' essa già da' varj climi variamente decomposta, oppure in masse individuali, che sieno scevre di quell' interna *specifica attitudine*, senza la quale nessun contagio può germogliare, come non germogliano le sementi in terreno alieno o non accon-

ciamente preparato alla natura di esse.

Ora, stabilita la verità del genio *contagioso* della malattia; stabilita la realtà dell' *influenza cholerosa*, non potremo non concedere che sotto il regno di queste cause, già universali, pandemiche, l' opportunità agli stati morbosi in generale è più notevole, ed insieme è più forte l' inclinazione delle malattie ad affettare la forma predominante. Ed in vero, come osservava l' acuto *Steer*, all' epoca della infezione, non pochi individui, benchè non infetti, accusano alcuni sconcerti di salute ed è poi di fatto che, se le circostanze del clima o delle costituzioni individuali terranno a bassa potenza l' ente contagioso, non valgono poi sempre ad impedire che sotto forma semplicemente *epidemica* talvolta non si presenti, come nel *1669* il grande *Sydenham* sulle rive del Tamigi osservava, o almeno sotto forma, più semplicemente ancora, *sporadica*, come, cento cinquant' anni sono, *Morton, Mercato, Torti*, in Inghilterra ed in Italia notarono: dal che dobbiamo dedurre l' inganno, in che vivono que' medici che la regnante malattia proclamano come nuova in Europa, non rammentandosi che lo stesso *Celso*, che viveva a' tempi di *Tiberio*, avea veduto il *cholera*,

e veduto e riconosciuto, con tale finezza di osservazione, che nella sua nitida descrizione non trovasi omesso alcuno de' sintomi caratteristici, che da moderni si notano (Libr. IV. Cap. XI). Dunque il *cholera* asiatico può correre sotto forma *contagiosa*, sotto forma *epidemica*, sotto forma puramente *sporadica*. La quale considerazione ci obbliga a stabilire che, siccome allora quando i casi sono tutti di genio *sporadico*, non è prudenza gettare gli animi in un panico timore, suonando la tromba del contagio e del sequestro; così, se spieghino essi un genio diverso, e tuttocchè incerto, sia pure probabilissimo il carattere contagioso, prudenza esige di attenersi all' ipotesi del maggiore pericolo, eccedere fors' anche ne' provvedimenti, ma guarentire la pubblica salvezza col sempre efficace spediente de' sequestri.

Dico *sempre efficace*, imperciocchè, se il ragionamento con cui il rispettabile *Steer* argumentasi di dimostrare l' inutilità de' sequestri contro un contagio, ch' è volatile, può a prima vista persuadere, le osservazioni dedotte da un' antica sperienza obbligano con tutta forza a confessare la validità de' medesimi. É vero che la volatilità del contagio ridesi de'

mezzi opposti dall' uomo, e questo vorrà dire che i cordoni, i sequestri non potranno impedire che l'aria s'impregni del principio mortifero, ma altra cosa è che questo principio voli dal corpo appestato all'aria, altra che da quello su di altro corpo *immediatamente* si getti; chè nel primo caso, oltre a trovarsi come diluto e stemperato nella gran massa del fluido atmosferico, può in parte rimanere anche sostanzialmente modificato in virtù di quelle chimico-dinamiche combinazioni alle quali dee pure in quel fluido soggiacere; laddove nel secondo caso entra nel corpo con tutto il vigore delle propie forze, anzi forse con incremento di esse; poichè se le combinazioni del miasma col fluido atmosferico possono snervarne la potenza, e combinazioni sue colla organica sostanza dell'uomo debbono accrescerne l'azione, come di altri principj contagiosi si osserva: onde i cordoni ed i sequestri, non che altro, impediranno certamente che le masse trasmettansi, co' moltiplici contatti, l' infezione; e quì anche il fatto concorre a dimostrare che, ove i malati trovinsi numerosi in uno spazio ristretto, la malattia prende allora maggior lena; i sani frammisti agl' infetti, con assai maggiore facilità assorbono il miasma,

che può rimanersi per un tempo indeterminato quiescente, e poi svilupparsi in tempi anche divisi; o, se non altro, vivendosi allora gli uomini in una continua condensazione morbosa, vivono almeno sempre in una opportunità del pari morbosa; frutto della quale fia o la maggiore diffusione di un identico malore, o l'avvivamento di germogli sporadici dello stesso malore, o finalmente nella men triste ipotesi, la maggiore frequenza o gravezza di altre forme morbose, quando però l' *influenza* sia ancor molto distante dall' *infezione*.

Se non chè porta opinione il sommo *Larrey* che non possa il *Cholera* divenir contagioso, se non quando si sviluppino gli esantemi; *cosa*, aggiugn' egli, *che assai di rado addiviene* - Se questo è vero, conviene pensare che la propietà attaccaticcia del morbo sia l' *ultimo* prodotto delle sue varie elaborazioni o modificazioni, e come le sementi delle piante non ànno forza di riproduzione, ove sieno immature, ovvero prima dell' *ultimo* termine delle loro fasi organico - vegetali, così sia mestieri che il principio *choleroso*, per essere riproduttivo, *tutta intera* abbia a passare la trafila de' suoi stadj, senza che o la morte ne tronchi il corso,

o le condizioni tellurico-topografico-individuali ne temperino il grado.

Ciò non pertanto dalla riferita sentenza di *Larrey* non ne viene che abbiasi ad escludere l' ipotesi che il principio contagioso del *Cholera*, possa generarsi anche ne' corpi, che in sè raccolgono tutte le disposizioni favorevoli al *Cholera*, senza però essere nell' attualità patologica dello stesso *Cholera*. La quale ipotesi, per l' una parte sarebbe sostenuta dal sentimento di quasi tutt' i migliori Autori, i quali concordano nell' ammettere il caso della genesi spontanea de' contagi, e per l' altra verrebbe acconciamente a dar ragione di quegli sviluppi *cholerosi*, che fan bensì parte dell' influenza predominante, ma che pur non possono essere attribuiti o ad un' infezione atmosferica, o ad una comunicazione con persone effettivamente *cholerose*. Una prova del qual fatto può forse trarsi da quanto di analogo si osserva ne' vascelli europei, che gettano l' ancora nel porto delle Antille, dove sovente rimangono attaccati da febbre gialla, *quand' anche tale malattia non esista nel paese* - Conchiudiamo- L' ente del *Cholera*, sotto il processo *effettivo* e *compito* della malattia, à la capacità *manifesta* di comunicarsi a' corpi non in-

fetti; e questa capacità è, secondo il mio modo di pensare, il *maximum* della potenza contagiosa: questo medesimo ente, senza il detto processo, à la capacità *latente* di propagarsi, e quest' ultima capacità, ch' io considero il *minimum* della potenza contagiosa, abbisogna, per acquistare il grado superiore, di venire perfezionata da alcune interne elaborazioni de' corpi, entro a cui l' ente s' annida; elaborazioni che, con molta probabilità, possono trar profitto e vigore da quelle de' corpi vicini, posti in circostanze simili, e quindi anche per tal mezzo compiersi con maggiore sollecitudine e perfezione, sì che rendasi poi *manifesta* ed *effettiva* quella capacità contagiosa ch' era soltanto *virtuale* e *latente*.

Tutte le quali considerazioni ci fan chiara la necessità in che siamo che la Polizia Sanitaria eserciti i suoi diritti per modo che, durante un' infezione o anche solo un' influenza malefica e sospetta, abbiansi a diminuire possibilmente i contatti de' corpi *infetti e sospetti*; portando l' occhio principalmente negli *Spedali*, nelle *Case di Ricovero*, troppo affollate d' individui, non che ne' domicilj de' *Fittaletti*, dove l' aria, lo spazio e la luce, potrebbesi dire, la salute e la vita, ven-

gono sagrificate, come nota *Jolly*, a' calcoli de' propietarj, ed ogni fittajuolo non à più che una o due tese cubiche di aria da respirare, il quale sì picciolo volume di aria sappiamo dalla Fisica essere pressochè incompatibile colla vita: abbiasi possibilmente ad antivenire o invanire quella micidiale tendenza che ànno le infezioni individuali a rendersi universali e insolidarie abbiasi, cioè, a tenere sotto la disciplina di un magistrato, in tal governo tutti gli agenti dell' igiene pubblica e privata, che l' ente contagioso non trovi in alcun corpo nè nido nè alimento.

Dopo tutto questo, e salva già sempre l' invocazione del braccio politico, quando una costituzione troppo diffusa e vigorosa di malattie identiche o analoghe, anche pur non contagiose, predomini, non è a tacersi che il più sicuro metodo in caso di contagio è quello di giudicare *a posteriori*, aspettando che il tempo e la candida osservazione facciano apertamente conoscere, quanto pur troppo la scienza specolativa non è in grado di scuoprire.

Ma pria di lasciare l' importantissimo argumento, un' ultima cosa m' accade soggiugnere; ed è la differenza ch' io stabilisco tra le prerogative e gli effetti dell' *influenza* e quelli dell' *infezione*, ch' è

quanto a dire, tra l'azione del contagio *remoto* e l'azione del contagio *prossimo*. Quando la costituzione regnante sia più l'opera dell' influenza che dell' infezione, possono i casi essere numerosi, gravi, anche in parte mortali, ma nè gli attaccati nè i paesi acquisterebbero alcuna immunità, e potrebbe benissimo la costituzione, comunque in apparenza sciolta e dileguata, rimettersi in via e riprodursi, laddove se la costituzione fosse più l'opera dell' infezione che dell' influenza, allora i casi saranno più numerosi, più gravi, più mortali, ma il danno maggiore verrebbe in certo modo compensato dalla immunità, che acquistano le persone, le quali rimangono così con grande probabilità guarentite da nuove infezioni. Onde, secondo questa legge dedotta da quanto di analogo si osserva nell' andamento di altri contagi, dove vedremo ripetersi o gli sviluppi costituzionali o gli attacchi individuali, come in Ungheria avvenne, dovrem dire che i casi partengono non all' *infezione*, ma all' *influenza*, e vice-versa, dove il morbo veggasi attaccare una sola volta gl' individui, o fare una sola scorreria ne' paesi. Ora gli esempj d' immunità che pur si osservano ne' luoghi, ove predomini l' *influenza*

o l'*infezione*, massimamente quella che dalla *influenza* fu per un dato tempo preceduta, non sarebbono forse da attribuirsi ad una spezie di abitudine introdotta nell'organismo da una lunga *influenza*, la cui mercè il contagio insensibilmente va familiarizzandosi coll' organismo, in modo che, giunto l' istante dell' *infezione*, il sistema vivente abbia già perduto ogni *specifica impressionabilità*, e l' *infezione* ugualmente che l' *influenza* rimangano, per una parte degl' individui *naturalizzati*, prive di azione? E forse che esempj di simile *naturalizzazione* e *indifferenza* dell' economia nostra a' più potenti veleni, non meno che alle più gravi organiche alterazioni, solo chè ad insensibili gradi abituata, non possono venire a conferma dell' ipotesi precedente?

VI.

Muojono i pesci privi dell' acqua; morrebbe l' uomo privo dell' aria. L' aria è uno de' principali elementi del viver nostro: essa ci occorre al di dentro, non meno che al di fuori. Se questa sostanza respirabile fosse pura e vergine, quale spirava un dì tra le sponde odorose e fiorite de' quattro fiumi dell' Eden,

e se questa creta animata fosse oggidì quale escì allora dalle mani del Supremo Fattore, non vi sarebbe ora necessità di parlarne, di farvi alcuna osservazione: ma in sei mila anni allo incirca, quanto mai non mutaronsi le cose di questa incomparabile Creazione, e sempre in peggio! Adesso è l'aria un fluido torbido, polluto, denso, poco meno che opaco, pregno di principj nè respirabili, nè vitali, tuttocchè la Fisica co' varj suoi ingegni si studj di dimostrarnela quella medesima di prima, nelle fondamentali proporzioni de' naturali suoi elementi: adesso quindi il calore, il freddo, l'umidità, la rifrazione della luce, e le altre combinazioni arcane de' gaz frammisti ingenerano ben diversi fenomeni e accidenti, non tutti al processo della vita propizj e necessarj: adesso finalmente l' uomo, che discende da lombi infermi, d' inferma salma si veste, sì che poco pochissimo à di che ridersi del frale petalo di una rosa che ad un colpo d' ugna si lacera.

Se non chè non ò io quì disegno di descrivere nè tutte le prave qualità, che in danno nostro nella massa atmosferica s' intrusero, nè tutte le regole occorrenti a cansarnele e bere l'inevitabile fluido con sicurezza. Al mio proposito basta ch' io

accenni quelle condizioni nocevoli che mirano a mettere in piedi il processo fatale del *Cholera Morbus*, e quelle regole poi che a prevenire la terribile calamità rendonsi necessarie.

Stante la presenza delle membrane serose, che formano l'esteriore inviluppo de' visceri addominali ed il carattere reumatico-gastro-nervoso che assume la regnante costituzione del *Cholera*, la prima gravissima necessità si è quella di schifare le condizioni dell' aria alternanti col caldo e col freddo, e principalmente combinate colla *umidità*. O quanto mai importa tener ben l' occhio su questo non conosciuto o non temuto elemento della *umidità*! Pur troppo ogni sorta di umidità non è in poter nostro di evitare: non possiamo, in grazia di esempio, fuggire tutta quella che insinuasi coll'aria che respiriamo, colle vesti che portiamo, co' cibi di che ci nutriamo, ne' luoghi ove abitiamo. Nondimeno qualche parte anche di questa umidità starà lungi da noi, se ci atterremo a quelle stesse avvertenze, che sono generalmente e ragionevolmente indicate e dimostrate anche profittevoli dalla pratica. Di questa prima causa parlando, duolmi moltissimo dover dire cose che all' infima classe plebea non sono pun-

to applicabili, stante la trista condizione d' inopia e di miseria, che dalla massima parte di quella è inalienabile: e tanto più ciò dee dolermi, quanto che, se v' à mai ordine di persone, ove l'*umidità* massimamente regni, massimamente sia feconda di funeste conseguenze, massimamente occorra di rimuovere, dessa è appunto la plebe abbietta e cenciosa. Per essa, è l' umidità causa dell' immondezza, quindi delle frequenti affezioni scabiose inveterate, insuperabili; è causa delle rachitidi, delle cachessie, delle più orrende stragi de' fomiti epidemici e contagiosi. Ò già dichiarato che, parlando di questa e simili mancanze igieniche, non emendabili nell' ordine indigente per la deficienza di ogni buon mezzo, intendo di parlare a' facoltosi anche pel ceto basso, nel quale l' interesse propio altamente li chiama a cominciare i provvedimenti, le emende, poichè la trascurata umidità, la mala nutrizione, od altro, de' poveri, saranno causa delle infezioni e delle morti de' ricchi.

Il terrazzo, che nelle abitazioni delle agiate famiglie è così ora di moda, contiene ed attrae incessantemente buona copia di umidità, la quale, sotto alcune particolari condizioni atmosferiche, più ma-

nifesta rendesi e più operosa. Non considero ora la fredda stagione, durante la quale si suole cuoprirli di tapeti o di stuoje, ma la state considero, in cui, a mio avviso, l' umidità de' terrazzi è più nociva per più ragioni. Primieramente, perchè in cotesta malauguriosa parte dell' anno i terrazzi sono scoperti; poi perchè sotto i più frequenti scilocchi rendonsi più umidi; indi perchè sono più seducenti, stante la ingannatrice loro freschezza: e tanto più seducenti e tanto più nocevoli eziandio io gli reputo, ove tenganvisi sopra i piedi caldi e sudanti per lungo moto e cammino. Stia perciò il terrazzo sempre coperto anche in tempo di state, ed anzi allora con tanta maggior cautela, quanto che i calori de' lunghi giorni, ed il piacere che troviamo nell' andare in traccia e godere di una temperatura più bassa e refrigerante, sono bene spesso cagione che pei piedi ci s' insinui una condizione reumatica, la quale va con predilezione ad affettare il sistema gastro-intestinale, che è il centro più frequentato delle malattie della state.

Se o per la plaga che occupano, o per la materia di che son fabbricate, o per la vicinanza di acque, o correnti o stagnanti, le pareti od il pavimento di

qualche stanza scorgasi dall' umidità dominato, guardiamoci dal far in essa dimora, che è il più sicuro consiglio, o almeno con assidua ventilazione nelle ore riscaldate dal sole, con frequenti combustioni o di carbone o di legna (quando però niuno allora vi abiti), o con quelle modificazioni del cemento, che i pratici dell' arte additano, ogni studio si adoperi per liberare di tale tristizia le abitazioni nostre; chè poco altrimenti differirebbero esse da' sepolcri, ove il principale agente del nostro ultimo disfacimento è appunto l' umidità combinata col calore.

Ma la *ventilazione* de' luoghi; chi ne abbia il comodo; non dee farsi senza alcune regole, tra le quali le più importanti son quelle, di tenere aperte le finestre a tramontana, *se però il cielo sia sereno e asciutto il tempo*, e gelosamente chiuse quelle che soprastanno ad acque sì correnti, che ristagnanti. Il vento di Settentrione in sè stesso è vento asciutto, come in sè stesso è umido quello che spira da Mezzogiorno. E perciò, siccome l' annuvolamento del Cielo e le disposizioni alla pioggia, o la caduta effettiva di questa, rendono la plaga settentrionale *accidentalmente* umida e quindi insalubre;

così la serenità del cielo e la presenza del sole scoperto rendono la plaga meridionale *accidentalmente* asciutta, e quindi salubre. Le quali considerazioni porgono un lume sufficiente a discernere le regole, secondo le quali dalle due mentovate esposizioni celesti trar dobbiamo profitto.

È giusto però il dire che la miglior regola generale, risguardante alla ventilazione, traesi dal por mente al meridiano ed a' venti dominanti ne' varj paesi; e che, siccome i venti, che giungono dopo avere attraversato fredde regioni, sono men carichi di umidità e perciò più salubri, così quelli che attraversano mari o laghi o calde regioni, quali appunto sono i venti del Sud o del Sud-Ovest sono più pregni di umidità, e perciò più insalubri; sempre generalmente parlando.

L' incontrastabile nocumento che alla salute dell' uomo reca il troppo rapido passaggio da una temperatura all' altra di atmosfera, lo che è l' effetto più propio della umidità, la quale scambia in un attimo la temperatura del corpo in cui s' introduce; questo nocumento, io diceva, consiglia a ben custodire la esteriore superficie della macchina nostra, mediante l' opera de' vestiti. Non parlo io quì di coloro che, avvezzi e incalliti ad ogni inur-

banità, ad ogni capriccio, ad ogni violenza dell' aria, vi passano tramezzo franchi ed immuni, e quali statue della pubblica piazza, or di neve, or di pioggia, or di nebbia, or di tenebre, or di luce ricoperti, ed ora umidi e grondanti, or secchi ed arsi, ora accarezzati da zeffiro, ora da borea percossi, sono sempre que' medesimi e sanno appena che cosa faccia e porti l' aria intorno a sè. Picciol drappello è questo di esseri privilegiati, che o sortirono tempra di acciajo fortissima, o forte così e vittoriosa essi medesimi, per via di felici abitudini, la resero. Del bel numero uno posso dire d' esser io, sulle cui carni più volte in un giorno, principalmente estivo, trovansi a gareggiare l' umidità del sudore coll' umidità della pioggia, e in aspra lotta si mettono, e l' aspra lotta terminano ben anche, senza che sul campo di battaglia alcun segnale dell' avvenuto rimanga. Di queste imagini marmoree di uomo non parlo: parlo degli uomini, che àn polpa molle e senziente e nervi rispondenti e sdegnosi; onde poi il maggior novero delle persone componsi.

Felicemente per le saluti fisiche de' cittadini non siamo più a que' tempi, d' altronde per la pubblica moralità più propizj e desiderabili, ne' quali al segnar-

si la state dal Lunario si correa tosto a deporre le grosse vesti di lana ed i finissimi lini ed i serici manti o al più i ruvidi ciambellotti indossavansi: ed eran allora così frequenti le infreddature, le tossi, le reumatiche doglie, ed altri simili fastidj, che facean ben presto pagare il fio, ma non ravvedersi, di un sistema adottato senz'avvertenza e senza sospetto di danno. Ma se questa nociva costumanza a' dì nostri in gran parte fu tolta, non si à però adesso più cura di allora di non esporsi alle vicende dell'aria e della temperatura senza le debite difese e circospezioni. Io fui sempre di ferma e dichiarata opinione, sparsa sempre e predicata indarno alla gente, che vuol vivere e morire a suo talento, essere, cioè, della massima parte delle malattie estive la principalissima cagione, questa, vale a dire, la *intolleranza* degli uomini. Non così tosto in sul terminare di Maggio comincia qualche giorno caldo a farsi sentire, che si slaccian le vesti, si snuda il collo, il petto, le braccia, se non i piedi pur anche, e dal letto si leva una coltrice e l'altra e l'altra ancora, ed è grazia se si lasci il lenzuolo. Ma pria che si giunga all'estuante canicola, all'inumana cicala, o quante volte a' caldi gior-

ni innestansi giorni di Aprile, se non anche di Marzo, ed o quante volte rinovasi la ragione di pentirsi della inconsiderata intolleranza! E giunta poi veramente la stagione del gran caldo, è allora ch' io considero più nocevole la accennata, nè mai abbastanza riprovevole, intolleranza, la quale fa sì che, contro ogni sana regola igienica, contro le leggi, contro lo stesso scopo di natura, non solo nelle ore diurne, ma eziandio e con maggior danno, nelle vespertine e nelle notturne, con poche vesti addosso, e appena coperti o semi-nudi, la maggior parte degli uomini di ogni classe e condizione, ed i giovani specialmente, presentino la superficie del loro corpo, calda e madida di sudore, alla corrente fresca dell' aria, e spesso o sul margine di un canale, di un fiume, o alle falde o sulle vette de' colli, ovvero presso gli angoli de' bivj e de' trivj, nelle situazioni, in somma, le più sposte, le più rinfrescate dall' aria: e parlando o de' villici o de' plebei trascuratissimi in opera di salute, pochi ve n' à che non passino le intere notti estive o su' letti scoperti, con tutte le finestre spalancate, o sulla pubblica via, e, peggio ancora, sull' umida erba, ed anche sotto il letifero raggio della luna, igna-

ri o immemori del sonno sempiterno di Endimione. Quindi è che il passeggiero ristoro di brev' istanti apre l' adito a numerose ree disposizioni, suscita ad atto buona parte delle disposizioni preesistenti, aggiugne forza alle cause morbose, e matura ed accende e compie mille svariati morbosi processi.

Siamo dunque tolleranti principalmente la state, ch' io soglio chiamare e considerare la stagione delle maggiori tentazioni corporee, e che a colpa della descritta intolleranza io ò sempre trovato essere l' epoca più feconda di malattie gravi, di quelle principalmente che ànno la loro sede ne' visceri del basso ventre, e di quasi tutte l' indagine più diligente mi convinse doversene incolpare sempre la intolleranza anzidetta. Lo scopo della natura, vale a dire, il bisogno della economia umana, esige che il calore eserciti nella stagione estiva quell' azione sul nostro corpo, che tanto c' inquieta e ci affanna: e noi non possiamo assolutamente allontanarla senza contraddire a leggi immutabili e necessarie, e senza quindi portar nocumento alla nostra salute. Ciò che ci è permesso di fare si è di temperar il senso del calore, che proviamo nell' interno di noi medesimi, ed a quest' uo-

po l' Autore della natura ci provvide di frutta, di erbe, di bevande rinfrescanti, alle quali però non dobbiamo senza gran cautela e misura ricorrere, valendosi soltanto a fine di reprimere con moderazione le molestie del senso, non già d' impedire o sconcertare le leggi delle funzioni, come più distesamente in altro luogo avremo a notare. Si domanda perchè la tanto riprovata intolleranza pel caldo della state non venga poi ugualmente riprovata pel freddo del verno; osservando che in fine tutte le pratiche, che si adottano in quest' ultima stagione, ànno per loro scopo di riscaldare il corpo, come le pratiche, che si usano la state, ànno quello di rinfrescarlo, e perciò se l' una cosa è pregiudizievole, esserlo dee anche l' altra non meno. Rispondo prima, in generale, che anche nelle pratiche del verno io esigo la medesima moderazione, nè loderò mai colui, che, intirizzito dal vento o dal freddo si cacci in letto riscaldato o si appressi ad un vivo fuoco o si chiuda nelle micidiali e odiatissime stufe, le quali colla loro incarcerata combustione viziano l' aria respirabile, non permettendone la rinovazione o la ventilazione, come avviene sotto la viva e libera fiamma dei focolari, spruzza di nevi

e di rughe senili i corpi ancor giovani, van minando di odontaglie, di reumi, di tossi, di tisi e di altri inavvertiti malanni gl' infelici che molte ore del giorno passano in esse. Nè loderò parimenti colui che, estuante di calore beuto o nelle stufe o a' focolari e fomentato principalmente da lauta mensa, spongasi senza le debite cautele a' gelidi soffj di borea, ne' giorni massime nebbiosi o nevosi, e peggio in tempo di notte, dopo lunga seduta ne' caffè o ne' teatri. Rispondo poscia in particolare che, siccome i movimenti più propizj alla salute e alla vita sono quelli che osservano, sempre entro a' naturali confini, la direzione dal centro del nostro corpo alla sua periferia, così quelli che stanno in una certa contraddizione colla medesima vita, sono gl' inversi, che dalla periferia si ripercuotono al centro. La quale dottrina è già distesamente spiegata e chiarita nel mio *Antagonismo Vitale*, e non è poi difficile a concepirsi, ove si pensi che la prima scintilla di vita e di organismo mica nel centro, e che *in circuitu* va poi dilatandosi e prendendo le sue direzioni. Ora, considerate le cose del caldo e del freddo delle stagioni sotto tale aspetto, io considero il freddo *troppo intenso* della pelle pernicioso alla

salute per la ragione stessa, per cui considero salutare la tolleranza del caldo sulla detta esterna superficie cutanea. Non mi dilungo in ispiegazioni teoriche, secondo la protesta che ò fatto dapprincipio, di scrivere per le persone che non sono dell' arte, pel popolo. Moderazione in tutto io raccomando di nuovo, ma di nuovo, fervorosamente inculco tolleranza costante de' calori estivi, i quali non apportano che un' ombra di molestia al senso, nessun danno certamente alle funzioni, pieno e sicuro benefizio anzi alla generale sanità del corpo. Merito di questa sì abborrita tolleranza egli è quello di salvarci dalla volubilità delle vicissitudini atmosferiche che sono, più assai che altri non crede, uno de' fomiti delle malattie e delle morti; siccome sono la causa principale, per cui la primavera diviene la stagione più funesta all' umana spezie, benchè poi, secondo i miei principj, alle vicissitudini parmi che aggiugner si debba la forza arcana della refrazione o altra propietà della luce, la quale trovasi in modo particolare cangiata e modificata mercè le sostanze imponderabili, che tutto il regno vegetabile, ch' entra allora in turgenza, ed in commozione vitale, svolge, projetta, ed esala.

Difficile disciplina e impraticabile è

forse dessa quella ch' io vo predicando? Eppur non è tale certamente per me, che posso con franchezza esibirmi qual pratico esemplare di essa. *Senes aprici*, risponderà alcuno col poeta; ma io credo che non abbiasi a chiamar vecchio in questo senso un uomo, che poco più là varcò del mezzo secolo. Gracile e di squisita sensibilità dotato, io cammino anche la state sette ed otto ore continue del giorno, girando sempre a piedi per colli, per piani e per fanghi, sotto gli ardori cocenti del sole, senza ombrella, vestito con poca differenza dal verno. Ognun può figurarsi in quale stato un tal uomo si restituisca a casa, infiammato, estuante, vaporoso, sudatissimo. E che perciò? Non mi fo lecito di levarmi nemmeno il fazzoletto da collo, non mi slaccio nemmeno un bottone, non che gettare le vesti, snudare le braccia o cangiar la camicia. Nè è già che non venga anche a me la tentazione di scuoprirmi e rinfrescarmi le carni, ma la mia tolleranza si è resa oggimai superiore alla tentazione, e una florida e solida salute corona questa mia tolleranza a dispetto di una vita laboriosissima, che desta a maraviglia quanti mi conoscono e mi vedono disperso per le strade e pei colli.

Sinchè gli uomini non pensarono a trattare la loro pelle colla morbidezza de' lini, sinchè anzi colle frequenti bagnature universali non solo tenevasi monda l'esterna superficie del corpo, ma turgida insieme ed attiva, non v'era pericolo che i movimenti della vita invertissero la lor salutare direzione, o che eterogenei e mal sani principj per quell'ampia via della cute entrassero a contaminare le fonti della vita medesima. Ma chi sa dire, chi può credere le tristi conseguenze che dall'opposto metodo di vivere dirivarono? Quale insania! Spendere tutto il suo ad abbellire l'esterna fronte dell'edifizio e trascurarne intanto, anzi guastarne, l'interno. Se l'umidità, se le repentine mutazioni atmosferiche producono il tristo effetto di sovvertire, per forza simpatica, l'armonia de' poteri vitali, e la buona condizione de' visceri, e tanto più tristo il producono, ove mettansi in colleganza o colle preesistenti disposizioni, o colle prave abitudini del vivere, o co' metodi riprovevoli dell'alimentarsi; ognuno vede la necessità di proteggere lo stremo ambito cutaneo dalle nocive impressioni; la quale necessità si fa maggiore a' giorni nostri spezialmente pel minacciante contagio del *Cholera*, che di tali agenti ap-

punto si giova per estendere ed esercitare la micidiale sua forza. E perció, dopo aver passata la state colla tanto da me inculcata *tolleranza*, accostandoci all' autunnale, indi alla fredda stagione, cuopriamoci tutti di lana, dallo stremo piede al sommo collo, ed una fascia similmente di lana ne circondi, e ne protegga con distinzione l' addome, ch' è la parte, come dicemmo, la meno difesa e la più sposta agli attacchi del morbo e questa parte stia di lana ricoperta, anche *la notte*, se facile sia ad addolorarsi. Beatissima lana, che ricordi i tempi patriarcali e le vite superstiti al secolo! Noi stessi, che viviamo, fummo testimonj de' meriti tuoi e delle larghe beneficenze di vita prospera e sana ne' numerosi ed ottimi Figli delle Religioni lanute, che alle mediche storie non porsero quasi mai esempio di reumatismi, di tossi, di catarri, di tisi o di altro simile cronicismo; la quale segnalata preservazione al benefico tuo governo, per consenso universale de' medici, si attribuisce.

Ciò non pertanto il proposito mio di offrirmi a guida d' ogni sorta di persone, mi obbliga a prendere in considerazione anche le eccezioni, benchè non frequenti, che al consigliato vestito si oppongo-

no. E perciò mi conviene soggiugnere che gl' individui di temperamento *eminentemente* sanguigno epletorico, o di pelle *sovramodo* fina e senziente, non ànno gran fatto tolleranza per la lana. Ascoltino essi in quella vece e seguitino il consiglio che il Prof. *Andral* porge agli Europei, che vanno a stabilirsi nelle Indie, di assumere, cioè, vesti di cotone, « perchè son queste men buoni conduttori del calorico, e come tali, da una parte trasmettono meno al corpo il calore esterno, e d' altra parte, ne' casi di abbassamento improvviso della temperatura atmosferica, conservano meglio il calore del corpo; e quindi le vesti di cotone sono propie a guarentire dal caldo e dal freddo ad un tempo ».

VII.

Le abitazioni del povero, del rustico e ben anche in generale di ogni cittadino, che della classe facoltosa od agiata non sia, assai sono lungi dal corrispondere alle sane regole della Igiene, non solamente per la mala tenuta degli oggetti mobiliari, che per lo più trovansi ammassati sopra ristrette superficie, lordi, polverosi, ma eziandio e maggiormente

per la sozzura, onde veggonsi contaminati il pavimento e le pareti, a cui s'attaccano di materie animali (*esalazioni, sputi...*), le quali, decomponendosi, guastano l'aria delle stanze e nuocono sovra modo alla salute di chi vi abita o vi dorme.

A togliere così fatti inconvenienti, è necessario che le pareti sieno spesso imbiancate e giornalmente lavato il suolo (almeno dov'è più contaminato), asciugandolo poi tutto colla segatura de' legni o colla ventilazione ne' giorni *sereni ed asciutti*; com'è pur necessario che i luoghi (specialmente gli abitati da molte persone, o ingombrati da molti oggetti) sieno di soventi aspersi di acqua clorurata (soluzione di muriato di calce) e che i vasi da notte contengano sempre (anche dopo mondati e lavati) una porzione di quest'acqua, di cui non si lascierà mai di gettare buona quantità giù per le latrine e pegli sciacquatoj.

Tutte le quali pratiche nelle ricordate abitazioni verranno eseguite a cura della pubblica Potestà o delle classi facoltose, ed in incessante osservanza poi saran tenute dalle rispettive Prepositure in ogni pubblico Stabilimento - Case di *Ricovero, di Correzione - Spedali, Semi-*

narj, *Collegj* --, i cui dormitoj si terranno altresì provveduti di spessi vasi ripieni di acqua pura, la quale à la propietà di assorbire l' aria *non respirabile*, e così guarentire la salubrità degli ambienti notturni.

I *letamaj* dovrebbono essere tolti assolutamente dalla vicinanza dell' abitato, o almeno spesso votati, ma in *tempo* di *notte* e di *notte serena*, *non ventosa*, o almeno ancora circondarli di alberi, di piantagioni, d' onde due benefizj verrebbono; il primo d' impedire l' accesso al Sole, e quindi le decomposizioni ed esalazioni mefitiche, l' altro di purificare vie più l' atmosfera col salutifero ossigeno. Che se niuna delle ricordate cose far si potesse, sarebbe necessario almeno il trasportarli in sito che stesse a *sottovento* dell' abitazione, o traportarsi a dormire e ad abitare a *sopravento* del letamajo.

Le medesime avvertenze, ma con maggiore osservanza, sono applicabili alle *latrine* soprattutto ne' pubblici Stabilimenti, e colla massima severità poi se le latrine o i letamaj si trovino in vicinanza o comunicazione con pozzi o cisterne di acque potabili, nel qual caso debbono essere assolutamente aboliti.

La mondezza della *biancheria* di per-

sona e di letto è della più alta importanza. È inutile il raccomandarla al ceto agiato; ma all' ordine plebeo, al mendico con quanto calore non è mai da inculcarsi! Se non che con qual mezzo, in qual modo potremo sperar di ottenere l'intento? - - Pensino i ricchi, i benestanti, anche in questo, pei poveri, così esigendo il loro stesso interesse - Sia loro cura il *frequente* bucato di questi ultimi, fornendo intanto l' occorrente pel mutamento della biancheria, e sia poi speciale offizio delle Commissioni di pubblica beneficenza e sanità il visitare *due volte alla settimana* gli abituri della mendicità, e *due volte alla settimana* far eseguire un *pubblico bucato*. Si sospenda; se occorra; la limosina al povero, che non abbia monde le mani, la faccia ed anche i piedi, e s' invigili dalle Commissioni perchè ciò facciasi altresì dall' artiere, dall' operajo, dal villico. L'acqua da per tutto si trova, nè costa denaro, come non costa denaro e dovunque si trova la *minuta segatura di legni*, cotanto opportuna ad asciugare non meno gli umidi pavimenti, che le parti del corpo lavate.

VIII.

Volgo ora il discorso a' cibi, alle bevande, già rassegnato di predicare al deserto, e comincierò dal mostrarmi generoso, col non muover parola intorno alle « interminabili mense (ad usar le frasi del mio rinomatissimo Pezzi), ricche di raffinamenti fatali alla nostra salute, dedicati a svegliare e solleticare quello appetito, che una vita oziosa e snervata allontana al tutto, o intorno alle bevande urenti, talora con insana gara profuse, al nostro individuo infestissime «. Nò; di tutto questo non parlo, perchè fo giustizia a tutti di presumere che tali pratiche s' abbiano universalmente a riconoscere per brutali e dannose, siccome spero che tutti vorranno usare indulgenza di ascoltare i miei detti, senza tenermi per un censore rigido ed indiscreto.

Ad esaminare solamente mi fermo le mense delle famiglie più agiate, fuori anche di giorni o di epoche solenni e distinte; e domando a che tanta copia di

carni, tanta profusione di condimenti e varietà di lecumi? Per alimentare il corpo e ristorare le perdite - Chi tal ragione e tal misura insegnotti? La natura? Sai tu consultarla, sai tu intenderla, sai compiacerla?- Il senso del bisogno? Sai tu poi discernere il bisogno dal senso? Sai tu distinguere se propriamente al bisogno ovvero al senso sii chiamato a soddisfare; se al senso ovvero al bisogno in sostanza tu soddisfaccia?- L'esempio altrui? Lo costituisci tu poi sempre ed in tutto la tua regola? Siegui tu sempre il migliore? Distingui tu poi sempre l'apparenza dalla realtà dell'utile?

Quando osservo che il tenue filo del fieno e l'onda tenue del fonte alimentano e conservano quella smisurata mole carnosa dell'elefante, che il dorso si carica di torri e di armati, e ad un colpo di proboscide rovescia a terra il più formidabile toro furibondo (*Marziale* Spect. XIX.); quando osservo che lo schietto umor delle pioggie basta a far crescere que'tronconi d'elce immani, sprezzatori de' secoli e de' venti; io non posso finir di maravigliarmi, come ad una macchina, ch'è poi di tanto minore dell'Elefante e della quercia, occorrere debba quantità sì grande di cibo solido condito e vario.

E tanto più cresce la maraviglia al considerare co' miei propj occhi, che que' miracoli di nutrimento, di robustezza, di vita che ad una tale maniera di vitto, con tanto strepito di parole, si attribuiscono, scorgonsi piuttosto sotto un nutrimento ben diverso e minore.

A mettere in chiaro tutto ciò che io penso in tale argumento, converrebbemi trascrivere le moltissime cose chè scrissi all'Art. *Gola* nella Seconda parte della citata mia Opera sull' *Utilità della Religione Cattolica*. Rimando perciò a quel luogo i lettori, e quì mi contento di notare, che niuno può vantarsi di soddisfare al bisogno di natura, mangiando molto cibo condito e vario, niuno di non compiacere il senso piuttosto. Se il mangiar molto e condito fosse legge di natura, noi non vedremmo due fenomeni, cotanto tra loro contraddittorj e mirabilmente cospiranti a dimostrare la falsità dell' asserzione. L'uno, che i corpi pasciuti di lautezza, sono per lo più fiacchi, pallidi, cagionevoli, infecondi, di breve durata; l'altro, che i corpi nudriti di frugalità, o anche quasi d' inopia (non mancandone anche di questi ultimi esempj) sono, *cæteris paribus*, robusti, rubicondi, vegeti, prolifici, longevi. Non mi si op-

ponga qualche rara eccezione, chè io ricevo le eccezioni quai pruove anzi delle massime e delle regole. Non dovrò dunque non poterti opporre altra cosa che le eccezioni? E che cosa altro mai? La vita più attiva, che rende la digestione più forte ed il corpo più robusto? Dunque la vita attiva potrebbe giovarsi di un cibo più copioso, più solido, sicura e fidanzata nel valore del ventricolo; anzi di esso cibo avrebbe vero bisogno, poichè niuno può negare che sotto le opere più fervide della vita non si sperdano i materiali, non si consumino le forze del corpo: eppure appunto gli operosi ed affaticati per lo più servonsi di un cibo semplice e misurato, e finalmente se la maggior robustezza è l' effetto di miglior digestione, e questa effetto di vita più attiva, dunque massimo è l' inganno di coloro, che senza la salsa Spartana, vale a dire, senza movimento, azione, fatica, s' avvisano di sedere a mensa e insanamente tra le leccornie si diguazzano.- La provenienza de' padri di tempra forte e longeva? Ma questi padri vissero come vivono ora i discendenti, sobrj e frugali: e se i padri tuoi ànno le membra ed i lombi di narciso, quest' è una ragione di più, perchè ti vada in discredito il copioso nutrimen-

to, che non ebbe il merito di farti erede di robustezza, e che non avrà quello di lasciarne eredi i posteri tuoi.- La riparazione delle forze? Di quali forze parli tu mai? Di quelle che richieggonsi per far lunghi viaggi pedestri, per traportar pesi sugli omeri, per maneggiar sarte e remi, per tagliar tronchi di alberi, per trattar falce o marra --? Di quali forze parli tu mai? Di quelle che spendi a' caffè, a' teatri, sugli origlieri, sulle morbide piume, tra le carte ed i libri? Quali materiali organici intendi tu di ricuperare e di rifare? Quali ne possiedi, quali ne consumi tu mai? Dirai forse che sei pingue e paffuto? Il Ciel ti guardi dal rallegrarti e menar festa, perchè cammini col carnefice al fianco. La pinguedine non è carne; la pinguedine non è salute; la pinguedine non è vita. Vorrestù che a ridosso del tuo corpo ti venisse cucita una massa morta di grasso? Eppur la porti, eppur la ostenti, eppur te ne vai lieto -- Ma e l'abitudine? O qui t'aspettava. Il gran nume ch' è l'abitudine! Tutti gli uomini si affrettano d'immolarvi lor vittime, e le vittime e i Sacerdoti sono gli uomini stessi. L'abitudine, dice il vulgo, è un'altra natura, ma non è sempre la vera natura. E come può

esser natura quell'abitudine, sotto il cui reggimento le cose vanno sempre alla peggio e finiscono in rovina? Ciechi! Chè non seguite l'abitudine contraria di que' sobrj e laboriosi agricoltori, che sono, in generale, un miracolo di robustezza, di salute e di longevità sotto un vitto tenue, semplice, ingenuo, misurato, sotto un genere di vita, che *consuma* ad ogni ora copia di materiali corporei, e ad ogn' ora mette alla necessità di *riprodurre* forze maschie e poderose? Che se a tali consumi, a tali riproduzioni poco cibo apprestato iu umil desco basta mirabilmente a provvedere, ed al contrario agli ostentati consumi, alle fatue riproduzioni di chi sazia il senso e non il bisogno, così male, così pessimamente la lauta, la condita vivanda provvede; ah! egli è ben giusto, egli è ben tempo di diventar saggi e rinunziare alle ipocrisie, alle imposture del palato, che, quasi sempre perfido consigliere e snaturato carnefice, qual altro Sinone, geme e si querela, nè cessa sinchè l' esiziale cavallo non venga in Ilio introdotto. Se bene si concepissero le cose, se le ultime sorti degli uomini si consultassero, se degli stessi trapassati le voci a noi giugnessero, o quante fiate dal tumulo sorgere sentirebbesi il grido..

Equo ne credite Teucri.
Si mens non lœva fuisset,
Trojaque nunc stares, Priamique arx alta maneres.-

I pochi esempli di persone, che in mezzo al trasordine della crapula, della ghiottornìa, ovvero ad onta di una prava abitudine di prendere molto alimento, anche più volte al giorno, nondimeno menano una vita gioconda, scevra di malattie e lunga, perchè aver possano un' utile significanza medica, debbono venir eziandio interpretati con medico criterio, e non col criterio del vulgo, che giudica una cosa a norma sempre di quella che prossimamente la precede o la susseguita. Ora il criterio medico, e meglio la medica sperienza, dimostrano che i beni fisici, goduti da questa razza di gente, non sono, in generale, sempre effetto del loro modo di alimentarsi; dimostrano che l' andar esente da malattie non è poi lo stesso che non raccogliere in se medesimo e *in danno anche di altrui* le opportunità più squisite, per cui l' uomo vive come colui, che il tiranno avea fatto sedere sul propio trono, colla punta di un pugnale pendentegli sovra il capo da sottilissimo filo, e perciò ad ogni, anche discreto, germinare di cause morbose, veg-

gonsi sortire quelle forme spaventevoli di malattie, che sono propie de' pingui, de' larghi mangiatori; dimostrano da ultimo che nelle funeste invasioni di epidemie o di contagi, ove anche dalle semplici *influenze* scappino immuni, sono questi le primizie delle stragi loro, e per maggior danno, i centri più prediletti delle mortifere e pestilenti propagazioni e comunicazioni. Ma l' ultimo argumento, che fa chiudere la bocca al più caldo amico di Apicio si è l' *alito* di questi celebrati campioni della ghiottornìa o del mangiar largo e copioso, e ch' è simile a quello che spira dalla bocca degl' incontinenti e degli onanisti, i quali meritano di essere per questa parte pareggiati a questi, de' quali ora si parla - Fiutali; tu senti, in qualunque ora del giorno, un odore che ti sconvolge lo stomaco. Da dove credi tu che sorta quest' alito così ingrato? Da' denti ? Nò, perchè la presenza di denti guasti non porta sempre tale infezione di alito; e nò, perchè te lo manda sì una bocca sdentata, come quella che in doppia fila racchiudeli candidi e mondi, quai agnelli allora allora dal fonte sortiti - Da' polmoni? Nò, risponde *Baglivi*, perchè anche da un petto sano e forte spesso un tal morbo ti viene. Dun-

que da dove? Dallo stomaco, dalle gastriche vie, le quali perciò è forza conchiudere ch' esalino un fluido sempre corrotto, il quale manda così da lungi e così in alto i segnali della rea sua natura; ed anzi, secondo il citato *Baglivi*, è il primo nunzio anche de' mali epidemici e contagiosi. E siccome questo vapore, che forse è il primo prodotto delle digestioni, e che imbeve poscia quasi tutt' i tessuti, donde esala, è altresì quasi il prototipo di tutte le altre interne secrezioni, che in altre parti esalano e van circolando, quindi è a dirsi con grande fondamento di ragione che l' intera massa degli umori circolanti per tutto il corpo sia quasi ugualmente fetida e corrotta. Ora come fia mai presumibile e naturale che il corpo nostro possa prosperare e conservarsi alla lunga con tal tesoro di corruzione, che mira sempre a favorire gli stati morbosi, anche sotto le belle apparenze di quel simulacro di salute, che tanto seduce ed inganna?

Come dovrem vivere adunque noi in questo misero mondo? Dovrem dunque tutti alla foggia di Anacoreti pascerci di radici e bere al fonte? Nò; io già non voglio condurvi all' eremo, nè tampoco pesarvi il cibo come *Santorio*, o farvi

giugnere quasi al secolo con poco brodo soltanto, come *Corner*: potrei dirvi che un' esistenza centuagenaria è il guiderdone di chi alimentasi di sostanze semplicissime, e se voi sdegnaste di sedervi al desco del Bramo, si dovrà giudicare che siate men saggi di lui, che a sì modico prezzo sa comperarsi una vita sì lunga, a dispetto del suo caldissimo clima, e se di pane, di latte e di formaggio sdegnaste ancora di alimentarvi, per essere questo il pasto de' plebei, i paesani della Svizzera si riderebbono di voi, rinfacciandovi la vita lunghissima, le grandi forze e 'l maschio ingegno, di che a sì tenue sostanza si professano debitori. Ma a tanto non intendo io obbligarvi: solo questa gravissima verità voglio in tutti indelebilmente scolpita, altro essere il senso, altro il bisogno, altro il diletto, altro la legge del cibo. È universal legge di natura *mangiare* o *essere mangiato*, ma il soverchiamente mangiare vale quanto l'essere appunto mangiato. Un senso piacevole previene ed accompagna l'atto del mangiare; ma questo senso non è che un nunzio, un segnale de' bisogni di natura, e male assai piglieremmo da esso le norme per soddisfare a tali bisogni.

Benchè il potere assimilativo, ond' è

la macchina nostra mirabilmente dotata, abbia forza di convertire in sostanza organica la svariata moltitudine di cibi, di che l'uomo si pasce, ciò non pertanto darci a crédere non dobbiamo di avere in esso quasi una malleveria di quanti disordini la nostra gola a commettere c'inducesse. Ogni sorta di cibo si assimila, è vero, ma non poi tutto si assimila a dovere ed in prò nostro, ed i prodotti dell'assimilazione ritengono sempre qualche cosa della natura delle sostanze alibili, le quali, non essendo tutte e sempre omogenee e salutari, entromettono nel corpo nostro principj e materiali eterogenei ed avversi alla sanità ed alla vita. Ma l'assimilazione de' cibi non è poi il solo fenomeno a cui noi dobbiamo por mente: è a considerarsi inoltre l'azione delle sostanze, per quanto soggiornano in natura dentro da noi; l'azione delle medesime dopo essere state assimilate; l'azione finalmente di quelle che o non possono assimilarsi o imperfettamente assimilansi. Queste tre sole considerazioni basterebbono a porgere argumento ad ampio trattato fisiologico e patologico; ma, fermo alle promesse, a ciò solo ristringomi: vale a dire, che il centro su cui piomba e bene spesso si arresta l'azione

de' cibi e delle bevande, sono appunto i visceri del basso ventre; stomaco e intestina principalmente. Il primo effetto, che succede all' introduzione di essi cibi e bevande, si è una turgenza, una distensione de' detti visceri, la quale modificasi secondo le varie circostanze del temperamento, dello stato organico de' medesimi visceri, della copia e della qualità delle sostanze introdotte, della più o meno pronta, più o meno perfetta assimilazione di esse: spetta alla scienza l' investigazione di tutti questi oggetti, e noi contentiamoci degli ultimi risultamenti. Turgidi e distesi i visceri intestinali per la presenza del cibo, diventano un centro vivacissimo di azione, un centro predominante, un centro di flussione vitale. Il sangue, gli umori di ogni genere, i movimenti, e, ciò che è più, la *innervazione*, tutto prende la direzione de' visceri addominali ed a quel foco concorre. E siccome ogni giorno, e più d' una volta al giorno, avviene che detti visceri distendansi e s' inturgidiscano, quindi è che quanto più spesso, e quanto più fortemente si ripete il fenomeno, tanto più cresce la forza centripeta degli organi, per cui nasce un' alterazione sì nel fondo organico, che nelle funzioni di essi. Ta-

li avvenimenti non si confanno certamente colle leggi della vita, le quali escludono qualuque centralità predominante nel nostro sistema, e benchè la partizione e l' offizio de' poteri non facciasi con norme di uguaglianza, ciocchè si opporrebbe alle leggi fondamentali dell' *Antagonismo*, nondimeno l' armonia dei medesimi poteri esige che nel corso naturale della vita non v' abbia predominio in alcun centro; sendo appunto tale predominio l' elemento necessario degli stati morbosi. Ed in vero non potendosi quest' azione vitale, addensata e concentrata ne' visceri gastrici, esercitarsi in prò della vita, giuoco forza è che si eserciti a danno della vita medesima. E se manifesto e pronto non iscorgiamo tale nocumento, non è però ch' esso non avvenga: avviene sotto le apparenze di una florida salute; avviene per guastare insensibilmente il fondo organico colla produzione di viziosi materiali assimilativi; avviene per rendere il sistema addominale e l' intero corpo opportuno alle cause ed alle forme morbose: ma questa maniera occulta di avvenire, di esistere e di operare è la più fatale e da temersi; stantechè non levando il diletto dell' appetito, non la vigoria esterna del corpo, talvolta nemmeno la buona tinta

del volto, aumentando anzi i depositi adiposi, che altri prende per lavoro di carni e di sana nutrizione, l' uomo cammina, riposa e gozzoviglia sempre sull' orlo del sepolcro, e si dà a credere di spaziare per mezzo al prato fiorito della sanità e della vita.

Dopo le quali cose chi potrà più dubitare che l' uso di un cibo *copioso*, *condito*, *multiplice*, di una bevanda *spiritosa*, *fermentata*, *irritante* non può mai essere richiesto nè tollerato dalla natura nostra, negli uffizj importantissimi dell' assimilazione e del nutrimento? Meno male però sarebbe se ogni trasordine, che l' uomo pur troppo commette ne' cibi e nelle bevande, si limitasse a preparare ed a svolgere di lenti cronicismi, o di malattie acute universali, senza prender di mira l' organismo e le funzioni di visceri particolari, donde la morte tanto più presto sopraggiugne, quanto maggiore è de' visceri affetti l'importanza e l' influsso. Ma vanno le cose bene spesso altrimenti: perciocchè per opera delle cause descritte sono appunto i visceri gastrici presi particolarmente di mira, ed è colà che annidasi la rea disposizione, e che si ordiscono le irritazioni o le congestioni, tra le quali la più formidabile e più presta-

mente letale è il *Cholera*, che mena poi tante stragi, come nei paesi, *veramente da esso attaccati*, vedemmo, se si vesti di un carattere contagioso, deleterio.

Abbiamo già indicato quali sieno le sostanze, che più particolarmente espongono al pericolo del *Cholera*: in generale dobbiam dire che lo sieno tutt'i cibi o bevande, che abbiano una qualità *flatosa* e *distensiva*, come oltre agli accennati, sono tutti i legumi, e sovrattutto se sieno mal cotti o mal conditi, le fave, i fagiuoli, le lenti (intorno a' quali gioverà sapere che ove l'acqua in che bollono, non sia *di buona qualità*, sia di natura *gessosa*, come quella de' pozzi di Parigi, in luogo d' intenerirsi sotto la cottura, s' indurano); ed in generale tutt'i cibi indigesti o irritanti, come gli erbaggi crudi e cotti, meno forse il fresco e ben condito radichio, i cocomeri, e cetriuoli, i cavoli, le brassiche, i funghi, anche non venefici: a bandire i quali *senz' alcuna eccezione*, dalle nostre mense, sola basterebbe la lettura di due righe del *Dizionario delle Scienze mediche*, ove notasi che per distinguere i venefici occorrerebbono *estesissime cognizioni botaniche*, e queste ancora *incerte*; le frutta immature, acquose, acerbe; le paste gros-

e; le carni vecchie, o grasse o condite; il formaggio, principalmente il troppo grasso, alcalescente, ed il bollito nella minestra, da non permettersi che agli individui di stomaco debole e di penosa digestione, e non poi giornalmente, poichè, secondo le fatte osservazioni, l' uso continuo di tale sostanza deprava la natura degli umori e del sangue, dispone allo scorbuto, alla pinguedine, alla flatulenza, siccome contribuisce al guasto de' denti ed al fetore dell' alito; l' abuso delle sostanze dolci, il brodo di castrato, di cappone, di pollo d' india, di vitello puro e troppo fresco; la birra, per chi non ne abbia abitudine, sia di tempera pingue e flatulento. Ma intorno a questo io debbo soggiugnere alcune osservazioni, che sono particolari alla mia propia sperienza.

La condizione *flatosa* e *distensiva* dell' addome è la più propizia a' processi infiammatorj e irritativi de' visceri in esso contenuti, ed è a schifarsi con maggior diligenza per tenersi in salvo dal *Cholera morbus.* A generare e stabilire la detta condizione concorrono, è vero, eminentemente, come si disse, tutt' i cibi e tutte le bevande flatose, ma da altre cause nondimeno può essa provenire; ciò sono i cibi che, quantunque di natura propia

non sieno flatosi, depositano nelle intestina una massa copiosa di escrementi, ovvero inducono in esse uno stato di prolungata irritazione, ancorchè lieve, e poco o nulla avvertita. Questi depositi escrementizj e queste irritazioni intestinali, portano l' effetto di un ampio svolgimento di gaz rarefatti, i quali distendono il tubo, e collo stesso ripetersi lo allargano, lo indeboliscono e lo predispongono più facilmente agl' indicati malori; ovvero suscitando degli spasmi, obbligano le intestina a contraersi irregolarmente e nelle porzioni così violentemente contratte, rimanendo incarcerati i detti gaz, mercè la loro forza distensiva, accresciuta dalla maggiore rarefazione, che fa ad essi acquistare l' energia calorifica della parte offesa, sopraggiungono quelle forme di coliche flatose, nervose, che in alcuni casi fannosi crucciosissime e pericolose, ed in tempo spezialmente d' *influenza cholerosa*, possono allo stesso *cholera* aprire la via. Dúnque anche le carni ed i cibi, anche le bevande più salutari deono con somma cura regolarsi nella loro *quantità*, perchè appunto la sola *quantità* è la promotrice della tanto nociva condizione *flatosa*. Gl' individui grassi, ingorgati di umori bianchi, ventrosi, che mangiano e beono

a isonne, o fanno uso frequente di vivande brodose, e dopo il cibo van suggetti a spesse e copiose eruttazioni, sono le vittime naturali ed i martiri di detta condizione flatosa. Ma essa non manifestasi già in tutt'i giorni, nè sempre a gradi uguali. Avvi alcune epoche ed alcune circostanze particolari, che più distintamente la favoriscono e la promuovono; e quest' è appunto quando l' atmosfera di repente caricasi di umidità e rinfresca, dopo alcuni giorni caldissimi; o quando a ridosso di una bevanda fredda o gelata, altra bevanda, ovvero un cibo facciasi cadere caldo, fumante. Nell' uno o nell' altro di questi due casi io notai sempre negli individui *flatosi* l' effetto indicato, e distensioni incomode, e sin anche coliche o cholere, semplici però e non mortali, benchè talvolta gravissime. Ed ecco nuovamente dimostrata l' alleanza delle cause nocive, le quali non consistono separatamente nell' aria, nel caldo, nel freddo, ne' cibi, nelle bevande, ma in tutte o in parte di queste cause riunite; ed ecco altresì posta in chiaro la necessità e l' importanza di evitare non una sola di dette cagioni malefiche, ma tutte insieme, perchè tutte insieme si dan braccio a generare gli effetti, e perchè

poco o nulla varrebbe il riformare il genere di vita, lasciando in piedi alcune delle pratiche contrarie al buon andamento della vita medesima.

Cibi flatosi e copiosamente escrementizj, bevande parimenti flatose e distensive, sono in generale quelle di che principalmente fan uso gli agricoltori ed i villici; ma oltrecchè la loro tempera organica è in origine valida e forte, e più forte ancora è renduta dal genere attivo e laborioso di vita, àvvi una circostanza, da pochi avvertita, e che per me à un' importanza somma, inesprimibile, cioè che l' alimento di questa classe di persone è ben lungi dall' essere vario, multiplice e condito di contraddizioni, come quello che sulle mense de' ricchi s' imbandisce, dalle quali con ilare faccia si dispensa e si trangugia il veleno e la morte. O quanto è mai da considerarsi e da temersi questa varietà ne' cibi! La quale, siccome per solito va congiunta alla copia di essi, così mette a doppio pericolo gl' infelici, che, falsamente interpretando la natura, ne usurpano le redini del governo e mandano tutto ben presto in ruina. La semplicità perciò dell' alimento è il migliore, anzi l' unico custode della sanità e del lungo vivere, e basta essa

sola, purchè sia *costantemente* osservata, a rendere meno nocivo in generale il cibo che o per la quantità fosse eccedente, o per la qualità fosse men che salubre. Imperciocchè, entrato nello stomaco un alimento composto e svariato, chi non vede che in cotesta calda ed operosa officina debb' esso disciorsi ne' suoi multiplici principj, e nascer quindi un complesso di azioni cospiranti, separate, confuse, avverse, meccaniche, chimiche, chimico-vitali? E tale interna battaglia, tale intestino tumulto, vorrem noi dire che sieno necessarj, che favorevoli sieno ed utili al gran fenomeno della vita? S' attenda a questa regola aurea. Tuttociò che nel corpo nostro addiviene, non necessario alla vita, tutto e poi tutto tende a sminuirne la durata, ad alterarne il corso. Il fenomeno vitale debb' essere il protagonista, *esso solo*, di tutte le nostre azioni fisiche interne ed esterne: non può esso conciliarsi colle contraddizioni, ed ogni ritardo, ogni contrasto costa mesi ed anni di vita, e quasi non ammette espiazione. L' aurea semplicità al contrario somministra nell' alimento un servo leale, taciturno e dedito all' *unico servigio* dell' esistenza; servo che adempie al suo offizio senza contrasti, senza confusione, senza

superfluità: un succo, un prodotto da esso esprimesi e scaturisce, ma sempre quel medesimo, alla vita sempre omogeneo, dalle forze della vita sempre conosciuto e aggradito. E la semplicità dell' alimento io non la chieggo già solo nella scelta de' cibi più salutari, come sono, per ripeterlo, le carni bianche, mucilaginose, miste a discreta porzione di carni rosse, fibrinose, più di frequenti lesse, talvolta morbidamente arrostite; le insalate di radicchio in tenue quantità, con ottimo oglio; le carni di pesce lesso soprattutto, le rane, i gamberi; le minestre amilacee, poco escrementizie, quelle di riso a preferenza, o di orzo finissimo, ma sempre indorato col tuorlo d' ovo, perchè non generi flati; nel bando assoluto di ogni preparazione composta, di ogni condimento di *alto sapore*, che, irritando la gola, risvegli fatui appetiti e menzogneri bisogni: io; diceva; non la chieggo in questo solo, ma eziandio nella quantità de' medesimi cibi e delle bevande ben anche: perciocchè, quantunque abbia io detto che essa, la semplicità, à forza di correggere in parte i vizj della qualità e della copia del cibo, nondimeno abusare non dobbiamo tale di lei prerogativa; meno poi per rispetto alla quantità, che più

difficilmente si emenda, anche perchè una parte degli effetti suoi, in grazia di esempio, la presenza materiale, che opera per via meccanica, almeno per un tempo determinato, non può essere così agevolmente dalle forze vitali soggiogata e moderata.

Se non che un ricco, un facoltoso forse vergognerebbesi d'imbandire la mensa, spezialmente se un circolo la coroni di ospiti o di amici, di semplice, ma sostanziosa, minestra di riso, senza cacio o altra mistura, di un lesso di carni, più bianche che rosse, e di un arrosto, non però di salvaggiume (massime per chi sia pletorico e forte di stomaco), con poca e fresca e ben condita insalata di radicchio: ei forse si vergognerebbe: con tutto ciò questa parca imbandigione è pur la sola, a cui possa egli, massime in questi foschi giorni e sospetti, assidersi senza *rimorsi* e senza *timori*; e quando pur rallegrarla gli piacesse del *Bellaria* degli antichi, io gli additerei il pomo, non cotto, ma crudo, pegli stomachi flatosi e deboli, il pero (non però il Butirro per tutti), l'uva (per alcuni stomachi più la nera, che la bianca, massime per chi sia inclinato alle verminazioni), il fico (maturo, in modica quantità, purchè non gonfi, non

isciolga il ventre, non porti calore), la fragola (ma in poca copia e condite con zucchero e con modesto liquore) la castagna *arrostita* (in pochissima quantità e colle stesse avvertenze del fico), qualche conserva, non irritante, principalmente subacida, soprattutto il cotognato, (purchè l'individuo non sia troppo nervoso, o troppo stitico il ventre); la persica; intorno alla quale curioso e giovevole a sapersi è quanto ci narra il Dott. *Schiel*, che negli Spedali del *Cholera* di Edimburgo e Londra aveano i malati mostrato un così vivo appetito di persiche, ed un tal godimento di questo cibo, da preferirlo ad ogni altro: effetto ch' attribuisce a porzione di acido muriatico e canfora, che le persiche contengono spezialmente nella loro epidermide, e ch' è pure analogo a quello de' sali eterei. La qual singolare osservazione, per dirla di passaggio, andrebbe a conferma del genio *nervoso-specifico*, che abbiamo al *Cholera* attribuito.

Si dovrà avvertire però che anche queste ultime permesse vivande, oltre al dover già essere perfettamente mature, vogliono essere prese in minor copia, o anche al tutto lasciate, ne' giorni *umidi* e *freddi*, o quando la più lieve disposi-

zione *flatosa* facciasi sentire, e sempre poi escludersi, ove sieno *bagnate* di *pioggia* o di *rugiada*.

E se una regola pegli apprestamenti di *magro* si chiedesse, in cima a tutte minestre io porrei il riso o l'orzo finissimo, col burro recenti e col giallo d'ovo conditi, o la zuppa nutritiva di rane; indi passando alle ova fresche (eccellente preservativo e rimedio, meglio per alcuni senz'albume, pei bruciori di stomaco e per le flatulenze intestinali), alle dure ben anche, ma solo a consistenza di cera quasi sciolta, al pesce mucilaginoso, lesso, al morbidamente arrostito, chiudendo, se vuolsi, colle seconde mense, di che più sopra ò parlato.

Sul vitto poi del *povero* e del *plebeo* qual regola dovremo noi dare? Pur troppo, di questa misera gente parlando, contentarsi conviene di raccomandare che spezialmente nelle *giornate fredde ed umide*, sia il cibo, già pur troppo in sè flatulento, preso in minor quantità possibile, o almeno in più volte, o il meglio che sia possibile, preparato; che, ad esempio, i legumi sieno cotti in vasi di terra, a lunga e forte bollitura, ed in acqua di *buona qualità*; la polenta sia *lungamente sul fuoco* rimescolata: che si scarseggi, quant'è

mai possibile, l' uso de' pesci e delle carni salate, facendoli prima macerare in acqua tepida, etc.

E frattanto non cessi la Polizia d' invigilare perchè gli oggetti di Annona sieno della più perfetta qualità, e spezialmente quelli, di che maggiormente si ciba la bassa classe del popolo - *Olio di oliva* - *Butirro* - *Lardo* - *Farina gialla* - *Pesci* (esclusi i *crostacei*) - *Carni* (escluse le troppo *giovani* o le troppo *vecchie*) etc.

E se del *bere* tener si volesse particolare discorso, dovrebb' essere inutile, in primo luogo, notare che l' *acqua* è l' unica bevanda, che alle piante, agli animali, all' uomo natura provvede. Dessa è dunque l' *unica* veramente *vitale*, e a discolparla delle imputazioni di *debilitante*, di *mal digerente* - -, di che l' uomo, per giustificarne il villano rifiuto, la aggrava, basterebbe il riflettere che chi bee acqua pura, mangia, in parità di circostanze, più d' ogni altro; chi mangia di più à più vivace appetito; chi à più vivace appetito, meglio digerisce, e chi meglio digerisce, quegli è più vigoroso e più ricco di vita. Ma, poichè in darno al deserto si predica, massima importanza dovrà almeno porsi nell' osservare le pratiche, che in tutt' i tempi ed in tutte le circostanze

della vita rendonsi necesssarie; vale a dire, astenersi dal ber freddo a corpo estuante e sudato; preferire il vino nero al bianco (per chi abbia forte lo stomaco, sia di temperamento sanguigno o nervoso), il vecchio al nuovo, il vincello al vino generoso (se però il temperamento non sia *profondamente* linfatico o cachettico), e fuggire assolutamente gli eccessi.

Se non che, osservando che il micidiale morbo del *Cholera* dal clima caldo ed umido delle Indie fece tragitto alle più fredde regioni boreali, invase la Russia, dove la maniera di nutrirsi è ben diversa da quella degli Indiani, si oppone che nè il clima, nè il vitto possono contribuire, come si crede, allo sviluppo della malattia, che forma il nostro argumento.

Rispondo in quanto al *clima*, che la insigne differenza dell' atmosfera, che dall' uno all' altro degli stremi luoghi indicati si scontra, consiste, se è lecito dir così, nelle sole esteriorità sensibili di temperatura; che per rispetto alle intime arcane commistioni di essa massa atmosferica con alcuni principj vitali o anti-vitali, forse non esiste; e che, in qualsivoglia caso, ogni stremo di temperatura, o fredda o calda, non manca di avere le sue particolari vicende, alternative, va-

riazioni, e quindi combinazioni particolari; che offransi opportune e favorevoli sì nell' un clima che nell' altro, allo sviluppo ed alla propagazione del morbo.

Rispondo in quanto al *vitto*. Il vitto di un popolo può benissimo essere smisuratamente diverso da quello di un altro: ma tale diversità non esclude per verun patto l'influsso del cibo, più particolarmente diretto verso il tubo intestinale. Ricca oltremodo è Natura nelle sue produzioni; non così però nelle essenziali ed elementari propietà di esse produzioni: e quindi sotto apparati *disparatissimi* di alimenti, niun potrà sostenere che non si scontrino *identiche* maniere di operare sì a profitto, che a nocumento del gastrico sistema. Dunque l' obbiezione, cui la lettura della memoria del Prof. *Ottaviani* potrebbe per avventura suggerire, non può avere alcun ragionevole fondamento. Nè intendo io già con questo d' imputare tutta la colpa del *Cholera* agli errori dell' aria e de' cibi: intendo solo che, siccome per confessione anche del citato Scrittore, il contagio à la forza di attraversare *inalterato* cotanta diversità di cieli e di climi, così sotto ogni cielo e sotto ogni clima dobbiam confessare trovarsi alcune circostanze e combinazioni, pro-

cedenti dall' aria e dal vitto, propie ad affettare morbosamente i visceri gastrici, ed a secondare così le occulte operazioni del contagioso principio. E per parlare al *popolo*, dirò essere il contagio un nimico, che va in cerca della sua vittima per mari, per monti, per climi diversi, senza mutar di proposito e di disegno, ed essere poi le vicissitudini atmosferiche, ed i cibi que' falsi amici, che tradiscono l' umana natura, e gli apron dovunque la via.

Non sono opinioni, ma fatti quelli che io propongo, e fatti tanto più importanti, quanto che da metodi contrarj del vivere viene appunto favorito lo sviluppo del *Cholera* ne' paesi caldi, ove questa malattia regna più che in altri paesi, ed il regimine alimentoso componsi, per solito, di cibi e di bevande assai propie a stimolare potentemente le vie gastriche, fede evidente della lesione, da cui suscitansi i sintomi del *Cholera*.

Avvi però a cui sembra pur impossibile che tante produzioni, che ne' varj tempi dell' anno natura appresta, quasi sollecita de' varj gusti e bisogni dell' uomo, dall' uomo poi ingratamente abbiano a lasciarsi, reputando nocevole alla propia salute ed alla vita propia, quanto l' Autore sapientissimo della salute e del-

la vita non cessa di mettere in luce, ed offrire in cibo e bevanda.

Così pur troppo andare dovrebbono le cose, sendo le cose da Dio appunto in tale giusta armonia collegate tra loro; ma pur troppo cotesta armonia trovasi ora scomposta, ed è colpa di nostra natura corrotta, se il corpo dell' uomo non trovasi ora più in quella felice relazione cogli agenti in origine destinati al suo prosperamento, per cui nessuna vivanda, da natura apprestata, recar potevagli nocumento.

Ma Dio non muta disegni, nè il cenno ritira, onde il primo dì cominciarono, come son oggi ancora, le cose, il cui indeclinabile corso e l' incessante riprodursi di cotante sostanze, di che ora l' uomo non può più profittarsi, sono il più amaro rimbrotto, ed insieme il termometro più fedele della degenerazione sua, dalla di cui scala, solo che il voglia, può apprendere quanti gradi sia egli nella universale corruzione disceso, numerando appunto quante sian le vivande che al fisico suo non si confanno, e prendendo così argumento gravissimo a deplorare la sempre crescente mortalità dell' umana schiatta, intorno a che io pregherei il Lettore a consultare il *saggio sopra le cau-*

se della crescente nostra mortalità, *del celebre* Pezzi *(Venezia 1815.)*, o la mia *Conservazione della specie umana (Venezia 1818)*, o l'altra mia *Diceria*, *su la salute del Corpo Umano (Venezia 1826)*, o finalmente varj capi della mia *Utilità della Religione Cattolica allo stato fisico e morale dell' uomo (Venezia 1832)*.

Se non che collo stabilire per massima universale che il prendere *poco* cibo e *semplice* è la via più sicura per allontanare dal basso ventre le predisposizioni e le degenerazioni morbose, ed in particolarità quelle che portar possono al *Cholera*, io non intenderò mai di stabilire due cose; o che tutti si cibino di un alimento uguale per qualità e quantità, o che le persone avvezze ad un metodo di vivere diverso dal proposto, sempre che non sia desso evidentemente nocevole, abbiano dalla mattina alla sera, come suol dirsi a cangiarlo.

La diversità de' temperamenti, delle idiosincrasie, degli organismi, la diversità dell' esercizio, del mestiere, del modo di vivere, la differenza del clima, delle stagioni, esigono che l' uomo s' appigli ad un genio diverso di alimenti. Pur troppo è vero che l' originaria economia antagonistica dell' umana natura; siccome fu sta-

bilita e si conserva mercè un sistema ben regolato di poteri, diversi per carattere e per azione, così escludere propiamente dovrebbe un metodo semplice e identico di alimentarsi, potendo ognuno con chiarezza concepire quanto a tale maniera di economia meglio corrisponda e sia più consono un metodo composto e vario; ma pur troppo è altresí vero che, essendo ora ridotto questo nostro Antagonismo quasi un ente ideale, ovvero sussistendo esso in mezzo a grandi contrasti ed a continue contraddizioni, per solo merito delle poderosissime sue forze, ci troviamo noi oggi alla dura necessità di regolare la nostra vita, dirò così, dietro un falso dettame, secondo una legge da noi stessi alla prima surrogata, dalla natura nostra a gran pena sofferta; legge che *anzi l' ora* ci fa tutti certamente cadere in sepolcro, ma che più presto ancora vi ci precipiterebbe, se ora volessimo tutti indistintamente e interamente lasciarla. Onde basterà tener fermo in mente che il cibo è dato, non per adescare il palato, non per empire il ventre, non per accumulare pinguedine; che tutto questo lo sa fare anche ciò che non è cibo propiamente; ma per somministrare materiali omogenei alle carni nostre, alle nostre

ossa, al nostro sangue, a' nostri umori, a' nostri nervi, e soprattutto a' visceri nostri. Persuadiamoci una volta di questa gran verità; che la salute e la vita son opera e lavoro, non dello stomaco solo, ma de' visceri tutti; e che poco, anzi nulla, egli vale avere un bel ventre tumido e prominente, avere una faccia turgida e rubiconda, aver membra pingui e rotonde, se uguale e maggior patrimonio di sostanza e di forza vitale spezialmente non l' abbiano anche i visceri interni.

Non si può scambiare il corso di un fiume, se prima un alveo non si prepari al nuovo corso; altrimenti straripan le acque in una devastatrice alluvione: ma la preparazione dell' alveo richiede opera e tempo. Così è delle abitudini nostre. Abbiamo errato quel dì, in che si diede ad esse ricetto; ma una volta che abbiano preso dominio e radice, non sempre possiamo tutto d' un tratto emanciparle, e sarebbe anzi per taluni gran danno il tentarlo. Opera ella è questa di pazienza e di costanza, opera di tutt' i giorni, di di tutt' i tempi. Che se la preziosità del frutto, l' importanza della cosa, la pressura del pericolo non valgono, per sì grande mercè, a renderci costanti e pazienti, io non saprei che cosa valere mai

possa. Ciò significherebbe che amasi di ridurre tutta la vita agli atri, alle membra esterne cioè, al senso esterno, e che quivi obbligandola a rimanersi, egli è quanto mettere sulla pubblica strada, alle ingiurie universali, la gemma più preziosa che abbiamo. Ma ove un soffio dell' ira celeste spignesse come spero e prego che non avvenga, il *Cholera* tra noi (*a*); ò allora sì che vorremmo aver cangiato la direzione alle acque capricciose e intollerabili delle costumanze nostre, e vorremmo poter ritirare la vita ne' ripostigli del Santuario Organico, ove Dio nel primo istante locolla: ma il tempo ci mancherà allora e la lena. Pensiamoci pertanto tosto e pensiamoci davvero, nè molto ci costerà rinunciare agli adescamenti del senso, alle tirannie delle abitudini, e piegarci in vece alle leggi primitive di natura, ch' è saggia e provvida, come il Supremo Fattor suo. Il diletto di un nodrimento salutare e sincero, il senso di una vita non contrariata, non adulterata, non impedita, ma regolare e in dolci onde purissime fluente, supereranno di gran

(*a*) Quest' Opera fu scritta nel 1831, come ne fa pruova il Rescritto della R. Censura 2 Gennajo 1832 N. 3353 - 380.

lunga i falsi piaceri della gola e del senso ribelle, e terranno in silenzio gl' insani prestigi dell' abitudine.

Di quest' abitudine, che al vitto massimamente si riferisce, preterire non posso un' ultima lezione che cotidiana sperienza ci porge. Due cose, di altissimo momento ambedue, ci fa essa conoscere. Ed è la prima che alcuni cibi, anche più adatti, i più benefici alla nostra natura, vien dì che esauriscono la tolleranza dello stomaco, e dimandano di essere da altri, anche pur inferiori di merito, per un dato tempo surrogati, o a questi almeno frammisti. Quindi in grazia di esempio, non potrebbe un uomo cibarsi *ogni giorno* di *solo* pollo, colombo, o di vitello *soltanto*, e dovrebbe a coteste carni altre unirvene almeno, anche pur in generale di men digeribili o più pesanti. Alla quale necessità però è giusto osservare che più presto è l' uomo condotto per l' uso *continuato* di carni bianche, troppo mucilaginose e di troppo basso sapore. Onde possiamo anche da questo raccogliere una pruova dell' originaria avversione di nostra natura ad un *metodo identico*, contro il quale con tali sue reminiscenze, dirò così, a quando a quando ci provoca; metodo contro cui, prin-

cipalmente nel trattamento de' morbi, ò il conforto di trovarmi sostenuto da que' due sommi, *Hufeland e Buffalini.*

Il secondo insegnamento che dalla sperienza riceviamo intorno all' abitudine, in ciò consiste, che siccome la mutazione *instantanea* di un' abitudine *ascendente* in una *discendente* è pericolosa e pregiudizievole a *taluni,* ma non *a tutti,* così per lo contrario, lo scambio, anche *non instantaneo,* di un' abitudine *discendente* in un' *ascendente* è pericolosa e pregiudizievole, non *a taluni*, ma *a tutti.* Della qual ultima proposizione luminosissima pruova raccorre possiamo in ciò che accade, in grazia di esempio, alle nutrici, le quali, sortite di rustiche, ed entrate al servigio di doviziose famiglie, scambino il desco in banchetto; chè allora gran tempo non passa, che il bel vermiglio vedesi in triste pallore converso, e manca il latte alle poppe, e col latte non tarda a smarrirsi la vigoria e la salute, se presto al consueto cibo non tornino esse, a gran beneficio pur anche della prole affidata. Avvertenza da aversi in gran conto nel regolare l' economia delle stesse largizioni di pubblica o privata beneficenza a' *poveri*, principalmente parlando de' più tapini, de' più indigenti, de' più fa-

melici, i quali acconciamente sarebbono a paragonarsi coll' assiderato per freddo, il quale troverebbe la morte nella stessa, non ben misurata, prestazione de' mezzi atti a ridestare in esso il calore.

Ecco i miei sentimenti, ecco l' intima mia persuasione. Faccia chi legge quell' uso che più giudica vantaggioso, ma guardisi dal non errare; perchè l' errore costa la vita, quando il nimico è alle spalle: guardisi dal chiamar le proposte pratiche cavillose o soperchie, perchè fatalmente forse ne avrebbe a sperimentare in sè stesso la pruova contraria. Io scrissi cose di fatto, non di opinione, e posso appellar fatto un metodo, che à fruttato a me ed a tutta la mia numerosa famiglia, una salute ferma e permanente, mercè le benedizioni di quell' Uno, che colla bocca sulla cenere lodo e ringrazio. Dirò anzi di più, e dirò cosa maravigliosa, ma vera. Avendo mia moglie, in conseguenza di numerosi parti ed aborti, contratte alcune indisposizioni organiche al basso ventre, divenne spesse fiate, ne' primi anni, il bersaglio di un *Cholera* sporadico e semplice: ma assuggettata e abituata al descritto metodo frugale, sobrio e disciplinato di vivere, così per rispetto alla qualità e alla quanti-

tà degli alimenti, come per rispetto alle atmosferiche vicende, si liberò dal doloroso tributo, e se pur qualche altra volta vi cadde, ciò fu per aver un cotal poco dal rigore del metodo declinato, e sempre nella stagione di state, come avvenne le due ultime volte, il dì *15* Giugno *1830* e il dì primo di Luglio *1831*; ma gli attacchi furono assai più miti e più brevi.

Degli *agenti morali* non parlo. Accenno soltanto che i dediti all' ira, i disordinati nello spirito furono del *Cholera* le vittime segnalate. Ciò basti per tutti avvertirci quanto sia necessario, quanto sia importante tener buon governo delle affezioni e delle passioni dell' animo, le quali sole, colle loro insanie e sregolatezze, essere possono sufficienti a farci cader nel *Cholera*, appunto perchè è desso una malattia eminentemente e specificamente nervosa.